EFECTO FRÍO

Ayuda a disminuir la inflamación y el dolor

USOS:

- CONTUSIONES
- GOLPES
- MIGRAÑA
- ESGUINCES
- TORCEDURAS
- ALIVIA LA FIEBRE
- FATIGA MUSCULAR

Utiliza la bolsa incluida en tu envío y enfría el saquito en el congelador durante un par de horas.

LAVAR SOLO LA FUNDA EXTERIOR

EFECTO CALOR

Efecto relajante y analgésico

USOS:

- CONTRACTURAS
- LUMBALGIA
- CÓLICOS
- EFECTO RELAJANTE
- OTITIS
- TORTICOLIS
- DOLORES MENSTRUALES

EN MICROONDAS:

- Calienta 5-6 minutos a potencia media, junto con un vaso de agua. Evita que el saquito toque las paredes del microondas (revisa el saquito cada 2 minutos para comprobar la temperatura).

EN HORNO:

- Calienta envuelto en papel de aluminio durante 10-15 minutos a 160º.