

No la tires: estos son los importantes beneficios que aporta la cáscara de banana

08/01/2025



¿Sabías que la **cáscara de banana**, que normalmente tiramos a la basura, tiene una sorprendente variedad de usos prácticos? A menudo subestimada, esta parte de la fruta es un recurso natural lleno de propiedades beneficiosas que pueden aprovecharse de muchas maneras diferentes. Desde mejorar la salud de tu piel hasta contribuir al cuidado de tus plantas, este es un verdadero tesoro oculto que merece ser reconsiderado antes de desecharlo.

En lugar de tirarla, ¿por qué no explorar algunas formas

creativas de aprovecharla? La cáscara de banana tiene propiedades **antioxidantes, antiinflamatorias y nutritivas** que la hacen ideal para diversos usos domésticos y de cuidado personal.

Acá te contamos como utilizarla y cuáles son sus beneficios:

1. **Cuidado de la piel:** La cáscara de banana es un excelente remedio natural para la piel. Gracias a sus propiedades antiinflamatorias y antioxidantes, puede ayudar a reducir irritaciones, rojeces y a aliviar picaduras de insectos. Frotar la parte interior de la cáscara en el rostro o en áreas de la piel afectadas por acné o manchas puede promover una piel más suave y saludable. Además, su alto contenido de potasio y vitaminas puede nutrir la piel y mejorar su apariencia.
2. **Mejora el brillo de los zapatos y muebles:** La cáscara de banana también puede usarse como un excelente limpiador para zapatos de cuero y muebles. El interior de la cáscara contiene aceites naturales que pueden darle brillo a tus zapatos, así como limpiar y abrillantar muebles de madera o de cuero. Solo tienes que frotar la cáscara en la superficie y luego limpiar con un paño suave para lograr un acabado reluciente.
3. **Uso en jardinería como fertilizante:** La cáscara de banana es rica en nutrientes como potasio, fósforo y calcio, lo que la convierte en un excelente fertilizante natural para las plantas. Puedes cortar la cáscara en trozos pequeños y enterrarla en la tierra de tus plantas, o incluso dejarla secar y triturarla para esparcirla en el jardín. Estos nutrientes ayudan a mejorar la salud y el crecimiento de tus plantas, especialmente aquellas que requieren un extra de potasio, como las rosas y tomates.