Sabores de mi Huerto

Aceites esenciales

WWW.MYDOTERRA.COM/SABORESDEMIHUERTO

Fichas técnicas de los 10 aceites más populares

Distribuidor Independiente dōTERRA

LAVANDA

Lavandula Angustifolia

***CONTRAINDICACIONES**: NO TIENE CONTRA INDICACIONES, MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

PRINCIPALES COMPONENTES
LINALOL, ACETATO DE LINALILO

Difusor: Nerviosismo, tensión, ansiedad, llanto, depresión, tristeza, hiperactividad insomnio, cambios de humor.
Interno: Se puede usar como saborizante. Utilizar sublingual en casos de alergia. Parásitos intestinales (giardia)

Tópico: Usar directo en picaduras de insectos (incluido abejas) ampollas, quemaduras, cortaduras, rozaduras, dermatitis, cabello reseco, comezóin dentición, dolor de cabeza y arrugas

Emocional: El aceite de la comunicación. Ayuda a expresarse honesta y calmadamente

FUENTE: Aceites Esenciales. Una Gota Cambiará tu Vida / doTerra.

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

LIMÓN

Citrus limon

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES. EVITA LA LUZ SOLAR O RAYOS UV HASTA POR 12 HORAS DESPUÉS DE APLICAR EL PRODUCTO.*

PRINCIPALES COMPONENTES
LIMONENO, SS PINENOS, Γ-TERPINENO

Difusor: Contaminación del aire (por infección) ,desinfectante, ansiedad, resfriados, influenza, concentración, , depreseión, incrementar energía física

Interno: Se puede usar como saborizante. Para regular la presión arterial, parásitos intestinales, infección de garganta, desinfección de frutas y verduras

Tópico: Desinfectante en superficies, cabello graso, como energizante, fiebre (se puede mezclar con la menta) Parásitos intestinales.

Emocional: El aceite de la concentración. Fomenta la concentración (puede mezclarse con menta) El limón carga de alegría natural y optimismo al corazón.

FUENTE: Aceites Esenciales. Una Gota Cambiará tu Vida doTerra.

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

MENTA

Mentha piperita

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

PRINCIPALES COMPONENTES

MENTOL

NO USAR CON PRESION ALTA

Difusor: Ayuda a la memoria, despereza. Ayuda en asma, fatiga crónica, congestión nasal, gripe. A las hormigas no les gusta el olor por lo que es buen repelente.

Interno: Diarrea, mal aliento, indigestión, infección de garganta. Si lo oliste al estudiar y lo tomas a la hora del examen recuerdas más fácilmente lo aprendido

Tópico: El mejor para bajar la temperatura (incluyendo insolación y bochornos), excelente en dolor de cabeza infecciones bacteriales. Estreñimiento, indigestión Gripe congestión nasal.

Emocional: El aceite del optimismo

FUENTE: Aceites Esenciales. Una Gota Cambiará tu Vida / doTerra

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

ACEITE ESCENCIAL

Sabores de mi Huerto

MELALÉUCA

Melaleuca alternifolia

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

PRINCIPALES COMPONENTES
TERPINEN-4-OL, Y-TERPINENO

Difusor: Alergias, aneurisma, bronquitis, varicela, influenza, resfriado, tos, comezón,
estimulante del sistema inmunológico, conjuntivitis.

Interno: Aftas bucales, problemas en las encías, ardor de garganta (gárgaras).

Tópico: Heridas infectadas, dolor de garganta, pediculosis (piojos) acné, alergias, pie de atleta, infecciones bacterianas, forúnculos, cándida, caries, limpieza de la piel, dermatitis, hongo de uña, infección vaginal, dolor e infección de oido, conjuntivitis.

Emocional: El aceite de los límites emocionales. Libera de carga de energía negativa

FUENTE: Aceites Esenciales. Una Gota Cambiará tu Vida/ doTerra

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

INCIENSO

Boswellia carterii, frereana, y sacra

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

PRINCIPALES COMPONENTES
A-PINENE, LIMONENE, A-THUJENE

Difusor: Envejecimiento, lesión o conmoción cerebral fortalece el sistema inmunológico

Interno: Dolor de cabeza (sublingual), para favorecer salud celular y la regeneración.

Tópico: Artritis, heridas infectadas, inflamación, reduce la apariencia de cicatrices y estrías, asma, mejorar visión

Emocional: El aceite de la verdad. Eleva la vibración. Ayuda a conectar con la luz interior

FUENTE: Aceites Esenciales. Una Gota Cambiará tu Vida / DoTerra.

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

ORÉGANO

Origanum vulgare

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

PRINCIPALES COMPONENTES

CARVACROL, TIMOL, PARA-CIMENO, Γ-TERPINENO

Difusor: Estimulante del sistema inmunológico, pólipos nasales, neumonía, bronquitis, tos, enfermedades virales.

Interno: Es MUY fuerte y siempre se debe diluir. Funciona en parásitos intestinales
infección por estafilococo o cándida vaginal. Usar con cápsulas vegetal. Como
condimento utilizar media gota y ver si es necesario más

Tópico: diluir 1 en 4. Pie de atleta, cándida, aftas bucales, infección por hongo, virales y vaginales. Sin dilución y con consatnacia (1 gota diaria) quita verrugas

Emocional: Aceite de la humildad y el desapego

Fuente: Una Gota Cambiará tu vida doTerra

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

DIGESTZEN

Mezcla digestiva

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Usos:

PRINCIPALES COMPONENTES

ACEITES ESENCIALES DE RIZOMA/RAÍZ DE JENGIBRE,PLANTA DE MENTA, SEMILLA DE ALCARAVEA, SEMILLA DE CILANTRO, SEMILLA DE ANÍS, PLANTA DE ESTRAGÓN Y SEMILLA DE HINOJO.

- Agrega unas gotas de DigestZen al agua para ingerirlo o frótalo en el estómago antes de volar o hacer un viaje por carretera para disfrutar de su calmante aroma.
- Ten DigestZen a mano para promover la digestión después de disfrutar de las abundantes comidas de las fiestas de fin de año.*
- Lleva DigestZen cuando viajes o pruebes nuevos alimentos para calmar el malestar estomacal ocasional*
- Agrega DigestZen al agua o al té para mantener un tracto gastrointestinal saludable.

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

PRINCIPALES PROPIEDADES

DigestZen se conoce como la mezcla “domabarrigas” de doTERRA debido a su capacidad para ayudar con la digestión, aliviar el malestar estomacal y mantener la salud digestiva en general.* Esta singular mezcla contiene jengibre, hinojo y cilantro para ayudar a calmar el malestar estomacal ocasional, incluso el mareo y la indigestión; y además contiene menta, estragón, anís y alcaravea que ayudan con la digestión y el mantenimiento de un tracto gastrointestinal saludable.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

ON GUARD

Mezcla protectora

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Usos:

PRINCIPALES COMPONENTES

ACEITES ESENCIALES DE CÁSCARA DE NARANJA, RETOÑO DE CLAVO, CORTEZA DE CANELA, HOJA DE EUCALIPTO Y HOJA/FLOR DE ROMERO.

- Puede tomarse internamente diariamente para mantener la función inmune saludable y apoyar la función cardiovascular saludable. También se puede utilizar en las superficies en toda la casa como un limpiador no tóxico. Cuando se difunde, On Guard de dōTERRA ayuda a purificar el aire y puede ser muy energizante y edificante. Además, proporciona beneficios limpiadores y purificadores.
- Apoya las defensas antioxidantes naturales del cuerpo y promueve la circulación saludable.

PRINCIPALES PROPIEDADES

Es una mezcla de aceites esenciales patentada, proporciona una alternativa natural y eficaz para el apoyo inmunológico

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES. EVITA LA LUZ SOLAR O RAYOS UV HASTA POR 12 HORAS DESPUÉS DE APLICAR EL PRODUCTO.*

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

EASY AIR

Mezcla respiratoria

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección. Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Usos:

PRINCIPALES COMPONENTES

ACEITES ESENCIALES DE HOJA DE LAUREL, PLANTA DEMENTA, HOJA DE MELALEUCA, CÁSCARA DE LIMÓN, HOJA DE RAVENSARA, SEMILLA DE CARDAMOMO.

- Se puede aplicar tópicamente en el pecho, la espalda o en la planta de los pies o difundir en la noche para calmar los sentidos y promover una noche de sueño reparador.
- Difunde, inhala directamente de las palmas de las manos o frota en el pecho o los pies cuando las amenazas ambientales sean altas.
- Utilízalo cuando estés al aire libre para minimizar los efectos de las amenazas estacionales.

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

PRINCIPALES PROPIEDADES

Es una extraordinaria mezcla de aceites esenciales, que incluye hoja de laurel, menta, eucalipto, melaleuca, limón, ravensara y cardamomo. Breathe de ōTERRA mantiene la sensación de las vías respiratorias despejadas y una fácil respiración mientras minimiza los efectos de las amenazas estacionales.

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

DEEP BLUE

Mezcla calmante

INSTRUCCIONES DE USO

Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

Usos:

PRINCIPALES COMPONENTES

ACEITES ESENCIALES DE HOJA DE GAULTERIA,CORTEZA DE ALCANFOR, PLANTA DE MENTA, FLOR DETANACETO AZUL, FLOR DE MANZANILLA AZUL, FLOR DE HELICRISO Y FLOR DE OSMANTO.

- Aplica en los pies y rodillas antes y después de hacer ejercicio.
- Da masaje con Deep Blue con unas gotas de aceite portador en las piernas de los niños en crecimiento antes de dormir.
- Frota Deep Blue en los músculos de la espalda baja después de un día de trabajo pesado o durante una mudanza.

PRINCIPALES PROPIEDADES

La gaulteria, la menta, el tanaceto azul, la manzanilla azul, el helicriso y el osmanto trabajan juntos para calmar y refrescar. Después de largas horas en la computadora, intenta frotar la mezcla de aceites esenciales Deep Blue en tus dedos, muñecas, hombros y nuca. Unas gotas de la mezcla calmante Deep Blue diluidas en aceite fraccionado de coco pueden ser parte de un masaje reconfortante y refrescante.

***CONTRAINDICACIONES**: POSIBLE SENSIBILIDAD DE LA PIEL. MANTÉN FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS. SI ESTÁS EMBARAZADA, AMAMANTANDO O BAJO CUIDADO MÉDICO, CONSULTA A TU MÉDICO. EVITA EL CONTACTO CON LOS OJOS, OÍDOS INTERNOS Y ZONAS SENSIBLES.*

Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.