

The background of the entire page is a soft-focus photograph of lavender flowers in shades of purple and blue. The flowers are in various stages of bloom, with some showing their individual petals and stamens. The lighting is natural, creating a gentle, serene atmosphere.

dōTERRA™  
*Vivir*

Presentación de estilo de vida

ō

# Enhorabuena

Tu decisión de participar en un cuidado de la salud holístico y autodirigido ofrece nuevas posibilidades para potenciar tu vida en tu día a día. dōTERRA, «regalo de la tierra» en latín, te aporta soluciones naturales para que puedas cuidarte al completo y mejorar tu salud física, mental y emocional. A medida que experimentes personalmente los potentes beneficios de los aceites esenciales, comprenderás por qué dōTERRA está revolucionando la manera en que las familias fortalecen su salud.

## ¿Quieres descubrir la salud autoridrigida?

Imagina una vida donde encontrar soluciones es sencillo. Con una guía de referencia y una caja con los aceites esenciales CPTG™ de dōTERRA al alcance de tus manos, podrás abordar el 80 % de tus prioridades de salud. Para esas veces en las que la ayuda de un especialista es necesaria, asóciate con un médico que te ayude a encontrar las mejores soluciones científicas y naturales.



# Experimenta un estilo de vida de bienestar

La pirámide del bienestar de dōTERRA ilustra cómo el bienestar es una combinación de estilo de vida y cuidado de la salud. Cuando nos centramos en el estilo de vida, se logra y se mantiene una buena salud de manera natural. Tus hábitos diarios marcan la diferencia. Al vivir los principios de la pirámide de bienestar y utilizar los potentes productos de dōTERRA, experimentarás nuevos niveles de plenitud.

## Establece hábitos diarios de bienestar .....

Ponte una puntuación en cada área (1-10)



### Protege y restaura

Utiliza los aceites dōTERRA On Guard™ e Incienso en tu día a día.

### Limpia y refresca

Añade una gota del aceite esencial de Limón o Tangerina en el agua para saborear una bebida refrescante.

### Calma y concentra

Utiliza dōTERRA Balance para ayudarte a relajarte y controlar el estrés a la vez que te ayuda a mantenerte con los pies en la tierra.

### Alivia

Utiliza la crema Deep Blue™ antes y después de cada entrenamiento. Apícala tópicamente cuando sea necesario.



### Alimenta, ayuda y fortifica

Maximiza tu ingesta diaria de nutrientes con el complejo dōTERRA Lifelong Vitality Pack™, tres suplementos llenos de fuerza para alimentar y ayudar a tu cuerpo.

Ayuda a tu digestión con ZenGest TerraZyme™.

Aporta cultivos bacterianos vivos a tu cuerpo con PB Assist™+.

# Buena alimentación

Aporta a tu cuerpo lo que necesita y tendrás plenitud. Esto comienza con una excelente nutrición. Los suplementos de dōTERRA son el acompañante perfecto para los aceites.



## dōTERRA LIFELONG VITALITY PACK™

Alimentos integrales, micronutrientes y ácidos grasos omega imprescindibles.



## ZENGEST TERRAZYME™

Enzimas de alimentos integrales para ayudar a una digestión y procesos metabólicos saludables.



## PB ASSIST+™ Y PB ASSIST™ JR

Aporta cultivos bacterianos vivos a tu cuerpo.



## dōTERRA a2z CHEWABLE™ E IQ MEGA™

Comienza el día de tus hijos con una nutrición excepcional para que crezcan y se desarrollen de forma óptima.

## HÁBITOS DIARIOS DE BIENESTAR

Come alimentos frescos e integrales

Reduce el azúcar, la cafeína, los lácteos y los alimentos procesados

### BATIDO VERDE

½ plátano congelado  
200 g de arándanos o fresas congeladas  
2 puñados de espinaca o col rizada verde  
375 a 400 ml de leche de almendras sin endulzar  
1 cucharada del polvo sustitutivo alimentario que prefieras  
1 gota de aceite esencial de Naranja salvaje  
1 gota de aceite esencial de Baya de enebro

### AVENA

Añade Canela, dōTERRA On Guard™ o Naranja salvaje a tus gachas de avena.

Batir los ingredientes con una batidora hasta que tengan una textura homogénea.

### LIMPIEZA DE VEGETALES

Llena el fregadero con agua fría y añade 6 gotas de aceite esencial de limón. Sumerge las frutas y verduras en el agua durante unos minutos y aclara para lograr un lavado de productos rápido y lleno de sabor.

### AGUA

Añade estos aceites esenciales a agua natural o con gas para conseguir un sabor delicioso (¡y cero calorías!):

- Limón
- Lima
- Pomelo y Cassia
- Lima y Pomelo

Añade una gota de los aceites esenciales de Menta piperita, Jengibre o dōTERRA On Guard™ al agua caliente para disfrutar de una infusión relajante.

# Ejercicio

El ejercicio fortalece los músculos y ayuda al corazón y a los sistemas circulatorio y linfático, junto con otros importantes beneficios. Los aceites esenciales permiten una mayor concentración y bienestar para ayudarte a mantenerte con actividad y fortaleza.

## PLAN ENERGÉTICO

### MAÑANA

- Batido de sustitución de comidas
- Bol de frutas
- Tómate 1 cápsula de Mito2Max™ con los alimentos
- Bebe al menos 240 ml de agua
- 1 cápsula Smart & Sassy™ o 3-5 gotas de Smart & Sassy™ en el agua

### COMIDA

- Batido de sustitución de comidas
- Sandwich de verduras o comida saludable
- Tómate 1 cápsula de Mito2Max™ con los alimentos
- Bebe al menos 240 ml de agua
- 1 cápsula Smart & Sassy™ o 3-5 gotas de Smart & Sassy™ en el agua

### CENA

- Proteínas (a tu elección) y verduras
- Bebe al menos 240 ml de agua
- 1 cápsula Smart & Sassy™ o 3-5 gotas de Smart & Sassy™ en el agua

### CONSEJOS RÁPIDOS:

#### CONSIGUE TU OBJETIVO

Fija un objetivo a largo plazo para tener mayor perspectiva y determinación. Establece objetivos cuantificables a corto plazo que te guíen a tu objetivo a largo plazo para notar la progresión y mantener la motivación.

#### SÉ POSITIVO

Mantener una actitud de que puedes hacerlo te ayudará a mantener la motivación a conseguir tus objetivos.

#### MANTENTE ANIMADO

Los alimentos integrales de colores diferentes aportan beneficios diversos. Intenta incorporar todos los colores del arcoíris en tu dieta para una ingesta equilibrada de nutrientes.

#### MANTÉN LA HIDRATACIÓN

Bebe 2 litros de agua al día. Añade 3-5 gotas de Smart & Sassy™ en cada vaso de agua para lograr un mejor sabor.



## HÁBITOS DIARIOS DE BIENESTAR

Un mínimo de 30 minutos de actividad física al día  
Haz estiramientos o yoga para aumentar la flexibilidad

### PRUEBA TAMBIÉN

Combina tu batido sustitutivo de comidas con frutas del bosque, plátano y 3 gotas de aceite de Naranja salvaje.

### BATIDO DE CHOCOLATE Y MENTA PIPERITA

235 ml de agua de coco o leche de almendras  
2 cucharadas del batido de chocolate que prefieras  
1 gota de Menta piperita  
Hielo (al gusto)

Batir todos los ingredientes hasta lograr una textura homogénea.



#### DEEP BLUE™

Masajear el aceite en las zonas deseadas.

Aplicar antes y después de hacer ejercicio según sea necesario o prefieras. Prueba a aplicar el aceite Deep Blue™, añade luego una capa de crema Deep Blue™ para tener más efecto.



#### COMPLEJO DE POLIFENOLES

##### DEEP BLUE™

Incluye extractos de jengibre, cúrcuma, resveratrol y otros polifenoles.

Ingerir 1–3 cápsulas al día en las comidas o 2 cápsulas para beneficios adicionales.



#### doTERRA AIR™

Crea la sensación de una respiración despejada.

Frotar 1–2 gotas en el pecho. Diluir si es necesario.



#### MITO2MAX™

Te ayuda con tu estilo de vida atareado gracias a una fórmula patentada de extractos de plantas y cofactores metabólicos estandarizados.

Ingerir 1 cápsula con el desayuno y la comida. Utilizar como sustituto a largo plazo de las bebidas con cafeína.

# Descansar y controlar el estrés

Dormir mejora el humor y le da a tu cuerpo la oportunidad de repararse y renovarse. Utiliza aceites esenciales para sacar el máximo provecho a tus horas de sueño.

## LOS PREFERIDOS PARA UN DESCANSO PLACENTERO

### DULCES SUEÑOS

Aplica unas gotas de aceite de Lavanda o dōTERRA Serenity en las plantas de los pies a la hora de dormir.



### SUEÑO PROFUNDO

Tómate 1–2 cápsulas dōTERRA Serenity™ antes de dormir.



### RELAJADO EN UN INSTANTE

Combina 1–3 gotas de aceite de Naranja salvaje y Vetiver, y extiéndelo en pies y columna.



### RESPIRACIÓN FÁCIL

Haz gárgaras con 1–2 gotas de dōTERRA On Guard™ y aplícate dōTERRA Air™ o el stick de vapor dōTERRA Air™.



### DIFUSOR PETAL

Difusor pequeño, práctico y apto para la noche con luz nocturna y vapor de largo alcance.



### SALES DE BAÑO RELAJANTES

1 taza de sales de Epsom  
10 gotas de dōTERRA Balance™,  
dōTERRA Serenity™  
o Lavanda

Mézclalo y échalo a la bañera.

7-9 horas de sueño profundo de calidad

Meditación/mindfulness diario

# Equilibrio emocional

Siéntete genial y en equilibrio. Identifica tus emociones y los aceites de dōTERRA™ para aportar equilibrio emocional.



dōTERRA  
**MOTIVATE™**

**Mezcla alentadora**

Fortalece la creencia en ti mismo. Aumenta tu valentía y confianza y libera tu creatividad para manifestar resultados potentes a partir de tu mayor esfuerzo.



dōTERRA  
**PEACE™**

**Mezcla tranquilizante**

Aporta sensación de seguridad y calma, y te aporta paz y presencia.



dōTERRA  
**CHEER™**

**Mezcla edificante**

Crema una disposición radiante, una actitud alegre e impulsa la felicidad y positividad.



dōTERRA  
**CONSOLE™**

**Mezcla reconfortante**

Siente más esperanza, consuelo y equilibrio emocional.



dōTERRA  
**PASSION™**

**Mezcla inspiradora**

Recupera el entusiasmo e inspira la disposición para arriesgarse y hacer nuevos descubrimientos.



dōTERRA  
**FORGIVE™**

**Mezcla renovando**

Sigue adelante con una sensación de alivio y renovación.



# Reducción de la exposición a compuestos sintéticos

La naturaleza experimenta ciclos de liberación y renovación. Nuestros cuerpos también experimentan temporadas de regeneración. Los aceites esenciales dōTERRA CPTG™ te ayudan en los procesos naturales de regeneración del cuerpo para fomentar el bienestar.

## EXPERIMENTA CON LOS PRODUCTOS DE dōTERRA DURANTE 30 DÍAS PARA SENTIR UN BIENESTAR GENERAL

DÍAS 1-30



### Lifelong Vitality Pack™

2 cápsulas de cada en el desayuno y en la cena



### ZenGest TerraZyme™

1-3 cápsulas en las comidas, a diario



### Cápsulas de gel Zendocrine™

1 cápsula en el desayuno y en la cena



### Limón

Añade una gota en un vaso de agua en cada comida

DÍAS 11-20



### GX Assist™

1 cápsula con el desayuno y la cena

DÍAS 21-30



### Cápsulas de gel DDR Prime™

1 cápsula en el desayuno y en la cena



### PB Assist™+

1 cápsula en el desayuno, la comida y la cena

**CONSEJO**  
Utiliza aceites cítricos diariamente en el agua en lugar de endulzantes y saborizantes artificiales.

### ¿POR QUÉ HIDRATARSE?

- Mejora el humor
- Ayuda con las funciones vitales
- Mejora el bienestar general

## HÁBITOS DIARIOS DE BIENESTAR

Un mínimo de 8-10 vasos de agua al día

Elimina los productos de limpieza y cuidado personal con base química

### CUIDADO PERSONAL



#### PASTA DE DIENTES dōTERRA ON GUARD™

Te refresca la boca.



#### PAQUETE DE ESENCIALES PARA EL CUIDADO DE LA PIEL

Línea vegetal de cuidado de la piel con aceites esenciales.



#### PRODUCTOS dōTERRA SALON ESSENTIALS™

Productos de calidad para el cabello con aceites esenciales: champú protector y acondicionador suavizante.

### AMBIENTADOR DE BAÑO

5 gotas de Limoncillo

5 gotas de Pomelo

5 gotas de Bergamota

Agua

Añade agua hasta prácticamente llenar una botella de spray de 110 ml. Mezcla, agita y pulveriza.

### LIMPIADOR DE CRISTALES

375 ml de vinagre blanco  
125 ml de agua  
8 gotas de aceite de Limón

Combina los ingredientes en una botella de spray grande y agítala concienzudamente.

### LIMPIADOR DE MANCHAS

125 ml de vinagre blanco  
20 gotas de Limón

Añade agua y aceite en una botella de cristal de spray de 225 ml. Pulveriza el limpiador sobre las manchas y límpialas.

### LIMPIADOR ON GUARD

Solución de limpieza vegetal y no tóxica que limpia y elimina malos olores.



Limpiador concentrado dōTERRA On Guard™



Detergente para ropa dōTERRA On Guard™



Jabón de manos dōTERRA On Guard™

# Cuidado personal informado

Crea el hábito de utilizar las soluciones naturales de dōTERRA como tu primera línea de defensa. Utiliza una guía de referencia de aceites esenciales de confianza para aumentar tus conocimientos y forma de aplicación sobre las muchas posibilidades que tienes al alcance de tu mano.



## PASTTENSE™

Aplicalo en sienes, cuello y hombros para crear un humor positivo.



## CORRECT-X™

Utiliza la pomada para calmar la piel.



## dōTERRA ON GUARD™

Gotas y perlas.  
Consume una gota o perla al día.



## LAVANDA

Utilízala para calmar, aliviar y tranquilizar.



## LLAVERO CON 8 FRASCOS

¡Lleva tus 8 aceites más usados listos para cualquier ocasión!

## PREFERIDOS PARA EL LLAVERO

Lavanda  
ZenGest™  
Menta piperita  
Incienso  
dōTERRA Air™  
dōTERRA On Guard™  
Deep Blue™  
Melaleuca

# Ayuda con aceites esenciales

Utiliza diariamente los aceites esenciales para ayudarte y fomentar el bienestar general.

## RELAJA



- doTERRA Balance™
- doTERRA Serenity™
- Menta piperita
- Lavanda
- Incienso
- Rose Touch

## PIEL Y CABELLO

- Salubelle™
- Sándalo
- doTERRA Salon Essentials™ Hair Care



## PROTEGE



- doTERRA Lifelong Vitality Pack™
- doTERRA On Guard™
- Limón
- Melaleuca
- Tomillo

## CALMA

- Incienso
- xEO Mega™
- Bergamota
- DDR Prime™
- Albahaca
- Copaiba



## REVITALIZA



- Zendocrine™
- Cápsulas blandas Zendocrine™
- Baya de enebro
- Geranio
- Limón

## AYUDA

- AromaTouch™
- Alpha CRS+™
- xEO Mega™
- Ylang Ylang
- Menta piperita



## ALIVIA TENSIÓN



- AromaTouch™
- Crema Deep Blue™
- Deep Blue™
- Gaulteria
- Limoncillo
- Abeto siberiano

## DIGESTIVO

- Hinojo
- Jengibre
- ZenGest™
- Menta piperita



# Personaliza tu plan de bienestar

Asegúrate de que vives de forma potenciada a cada nivel. Vuelve a tus puntuaciones en cada área de la página 3. Selecciona la ayuda deseada de cada uno de los siguientes niveles de la pirámide del bienestar de dōTERRA.

## 1 NUTRICIÓN BÁSICA

### Estimulación, ayuda y fortificación



dōTERRA Lifelong Vitality Pack™



PB Assist™ Jr  dōTERRA a2z Chewable™  
 IQ Mega™



ZenGest TerraZyme™  PB Assist™+



Kit de hábitos diarios

## 2 EJERCICIO

### Alivio y energía



Deep Blue™  Mito2Max™

### Revitalización y dinamismo



dōTERRA Air™  Menta piperita

### Parte de un plan de peso saludable



Smart & Sassy™



Kit de atletas

## 3 DESCANSO Y CONTROL DE ESTRÉS

### Ayuda al sueño



Lavanda  Difusor  
 dōTERRA Serenity™  
 Cápsulas blandas de dōTERRA Serenity™

### Ayuda emocional o de estrés



Kit de aromas esenciales Touch



Elevation  Citrus Bliss™  dōTERRA Balance™



Kit de aromas esenciales

**4 REDUCCIÓN DE LA EXPOSICIÓN A COMPUESTOS SINTÉTICOS**

**Ayuda de limpieza**



- Limón       Tangerina

**Limpieza On Guard™**



- Limpiador concentrado doTERRA On Guard™       Detergente de ropa doTERRA On Guard™       Jabón de manos doTERRA On Guard™

**Cuidado personal**



- Pasta de dientes doTERRA On Guard™       Champú y acondicionador



- Kit esencial de cuidado de la piel

**5 CUIDADO PERSONAL INFORMADO**

**Protección y reparación**



- doTERRA On Guard™       Incienso



- ClaryCalm™       Melaleuca



- PastTense™       InTune™       Correct-X™



- TerraShield™       DDR Prime™

**Ayuda específica**

Ten en cuenta cualquier opción deseada de la página 13

1.
2.
3.



- Kit doTERRA Touch™

# Consulta de bienestar

¡Logra tus objetivos de bienestar!

Libro o aplicación de referencia para aceites esenciales:

**1 Escribe tus prioridades de salud y encuentra soluciones.** Encuentra las soluciones naturales en las páginas 13 y 17 o en una guía de referencia.

Máximas prioridades de salud para ti y para tu familia	Objetivos a 90 días	Soluciones naturales que tienes o necesitas
1.		
2.		
3.		

**2 Crea tu plan diario de bienestar**  
Integra las soluciones que has identificado más arriba en tu plan diario

MAÑANA	TARDE	NOCHE
<b>Hábitos de bienestar diarios</b> <input type="checkbox"/> dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ <b>C</b> <input type="checkbox"/> Incienso <b>T</b> <input type="checkbox"/> ZenGest TerraZyme™ <b>C</b> <input type="checkbox"/> dōTERRA On Guard™ <input type="checkbox"/> Limón	<input type="checkbox"/> ZenGest TerraZyme™ <b>C</b> <input type="checkbox"/> dōTERRA Balance™ <b>T</b> <input type="checkbox"/> dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ <b>C</b>  <b>T</b> = Tópico <b>C</b> = Con comida	<input type="checkbox"/> ZenGest TerraZyme™ <b>C</b> <input type="checkbox"/> PB Assist™+ <b>C</b> <input type="checkbox"/> Lavanda <b>T</b>

**3 ¿Qué otras actividades de bienestar podrían ayudarte con tus objetivos?** (por ejemplo: aumento del agua, sueño, ejercicio, cambios de dieta, etc.)

**4 Vive de forma potenciada con soluciones naturales.**  
Crea un plan de bienestar de 90 días añadiendo los productos que necesitas en tus pedidos con el programa de lealtad (se recomienda realizarlo entre los días 5 y 15 del mes).

MES 1 LRP	MES 2 LRP	MES 3 LRP
Fecha: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>	Fecha: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>	Fecha: <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
TOTAL DE PV _____	TOTAL DE PV _____	TOTAL DE PV _____

# Comenzar

## ACEITES INDIVIDUALES

- **Abeto siberiano** Ayuda a equilibrar las emociones
- **Albahaca** Mantiene la piel de aspecto saludable y lisa
- **Arborvitae** Potente agente limpiador y purificador
- **Baya de enebro** Tiene un aroma calmante y terroso; es un tónico natural de la piel
- **Bergamota** Cuando se aplica tópicamente, propiedades calmantes y relajantes
- **Camomila romana** Efecto calmante sobre piel, mente y cuerpo
- **Canela** Especia dulce y potente para condimentar alimentos; añadir al agua y hacer gárgaras para limpieza bucal
- **Cardamomo** Especia alimentaria llena de sabor para cocina y repostería
- **Cilantro** Aporta a los alimentos un toque sabroso y fresco; calmante y relajante cutáneo
- **Ciprés** Ayuda a mejorar el aspecto de pieles grasas
- **Clavo** Especia de cocina; ayuda en la limpieza de dientes y encías
- **Copaiba** Proporciona una piel clara y lisa
- **Eucalipto** Se aplica en piel y cabello para experimentar un beneficio revitalizador
- **Gaulteria** Masaje relajante después de hacer ejercicio
- **Geranio** Mejora el aspecto de una piel limpia y sana
- **Helicriso** Mejora el aspecto de la piel
- **Hinojo** Característico aroma y sabor a regaliz; añadir al té o al agua
- **Incienso** Aumenta la sensación de relajación cuando se aplica tópicamente; reduce la aparición de imperfecciones en la piel
- **Jazmín Touch** Mejora el humor; tez sana; fragancia personal
- **Jengibre** Se diluye y aplica tópicamente para experimentar unas propiedades calmantes y agradables
- **Lavanda** Calma las irritaciones ocasionales de la piel; tiene características calmantes cuando se usa de manera aromática
- **Lima** Mejora el sabor de los alimentos; afecta de manera positiva al humor al aplicarse tópicamente
- **Limoncillo** Tiene un ligero sabor cítrico; beneficios tonificantes en la piel
- **Limón** Condimento alimentario; fomenta un ánimo positivo cuando se aplica tópicamente
- **Madera de Cedro** Proporciona una piel clara de aspecto saludable cuando se diluye y se aplica tópicamente
- **Mejorana** Condimento alimentario; efecto calmante y positivo al ingerirse
- **Melaleuca** Limpiador; ayuda cutánea; tez sana
- **Melisa** Alivia tensión y nervios

- **Menta piperita** **P** Alivia las molestias estomacales ocasionales cuando se ingiere; condimento alimentario potente y refrescante
- **Mirra** Propiedades limpiadores; calma la piel; proporciona un equilibrio emocional
- **Naranja salvaje** Estimula la mente y el cuerpo
- **Orégano** Condimento alimentario herbáceo muy aromático
- **Pachuli** Proporciona una tez lisa y brillante cuando se aplica sobre la piel; reduce la aparición de imperfecciones en la piel
- **Pimienta negra** Realza el sabor de las comidas
- **Pomelo** Especia alimentaria ácida; mejora el humor
- **Romero** Condimento alimentario herbáceo; calmante y estimulante
- **Rosa Touch** Calmante; reafirma la piel, proporciona confianza y ánimo
- **Salvia esclarea** Aporta un pelo y cuero cabelludo de aspecto saludable
- **Semilla de cilantro** Condimento alimentario floral y ligero; se aplica tópicamente para lograr un cutis limpio
- **Sándalo** Reafirma piel, cabello y ánimo
- **Tomillo** Condimento alimentario; limpiador y purificador de la piel
- **Vetiver** Protector y calmante
- **Ylang Ylang** Genera una piel y un pelo de aspecto saludable cuando se aplica tópicamente; levanta el ánimo

## MEZCLAS DE ACEITES PROPIAS

- **AromaTouch™** Aplicación tópica para generar sensación de relajación y disminuir la tensión
- **Citrus Bliss™** Estimulante; levanta el ánimo; reduce el estrés
- **ClaryCalm™** Proporciona un efecto relajante y calmante
- **Colección Yoga** Aumenta los beneficios logrados con la práctica del yoga; mejora la confianza en ti mismo
- **DDR Prime™** **P** Bienestar general
- **Deep Blue™** Aplicación tópica para sentir relajación y fresco
- **dōTERRA Air™** Calma los sentidos
- **dōTERRA Balance™** Fomenta el equilibrio y pensamiento positivos
- **dōTERRA On Guard™** **P** **C** Aumenta las defensas naturales del cuerpo
- **dōTERRA Serenity™** **C** Genera relajación y calma; ayuda para el sueño
- **Elevation** Reduce la sensación de estrés; levanta el ánimo; genera energía y alegría
- **Salubelle™** Genera una piel sana y rejuvenecida
- **InTune™** Mejora la concentración, la claridad mental y el humor

- **PastTense™** Aumenta la relajación
- **Smart & Sassy™** **C** Genera un ánimo positivo; proporciona un estímulo revitalizante
- **TerraShield™** Protección para exteriores; mejora las barreras del cuerpo
- **TriEase™** **C** Partes iguales de los aceites esenciales de limón, lavanda y menta piperita en cápsulas blandas; cómodo de usar de viaje o en un evento en exteriores
- **Zendocrine™** **C** Un buen añadido a bebidas cítricas, té o agua
- **ZenGest™** **C** Suaviza las molestias estomacales ocasionales

## BIENESTAR

- **Aceite de coco fraccionado** Ayuda para diluir e hidratante de la piel
- **Phytoestrogen Lifetime Complex** Mezcla estandarizada de fitoestrógenos y extractos alimentarios integrales
- **Complejo de polifenoles Deep Blue™** Mezcla liberalizadora que contiene aceite esencial Deep Blue™
- **Complejo Zendocrine™** Mezcla patentada de los aceites esenciales de tangerina, romero, geranio, baya de enebro y cilantro
- **dōTERRA Lifelong Vitality Pack™** Suplemento dietético

## SPA

- **Correct-X™** Protege e hidrata la piel y provoca la renovación cutánea tras sufrir estrés
- **Crema de manos y cuerpo dōTERRA Spa™** Base a la que añadir aceites
- **Cuidado de la piel HD Clear™** Crema facial y limpiador facial espumoso
- **Kit de esenciales de peluquería dōTERRA™** Champú protector y acondicionador suavizante

## VIDA

- **Crema calmante Deep Blue™**
- **Difusor Lumo/Lotus/Petal** Difusores para uso aromático
- **Caramelos protectores para la garganta dōTERRA On Guard™** Salud inmune
- **dōTERRA On Guard™ Jabón de manos espumoso** Limpiador seguro y efectivo
- **Caramelos dōTERRA Air™** Deja los conductos respiratorios libres; mejora la respiración general
- **Pasta de dientes dōTERRA On Guard™** Pasta de dientes blanqueadora natural
- **Cápsulas de origen vegetal** Cápsulas vacías de gel

También disponible en: **P** Perlas **C** Cápsulas blandas

# Recompensas por lealtad La forma más inteligente de comprar

Siempre puedes realizar un pedido estándar al por mayor con un 25 % de descuento sobre el precio de venta, pero para obtener el mejor precio, haz un pedido LRP (Programa de recompensas por lealtad) para ahorrar más y aprovechar más oportunidades de recibir productos gratis.



## Compra 1 dōTERRA Lifelong Vitality Pack™

+ Elige hasta 2 suplementos adicionales a precio reducido.



**Mito2Max™**  
43,50€  
29,00 €\* / 8 PV



**Deep Blue  
Polyphenol Complex™**  
54,00€  
29,00 €\* / 8 PV

\*precio excluye IVA

### PREGUNTAS FRECUENTES DEL PROGRAMA DE RECOMPENSAS POR LEALTAD

#### ¿Cómo creo o modifico mi pedido LRP?

- Inicia sesión en mydoterra.com. Haz clic en «Crear una nueva plantilla LRP» o edita los productos de un pedido LRP existente.

#### ¿Cómo cancelo mi pedido de recompensas por lealtad?

- Puedes cancelar tu pedido LRP en cualquier momento por teléfono o enviando un correo electrónico a [espana@doterra.com](mailto:espana@doterra.com). El servicio de atención al cliente de dōTERRA te ayudará a canjear los puntos de productos gratis que tengas acumulados. Si cancelas el pedido LRP, volverás al 10 % de recompensas cuando vuelvas a hacer pedidos LRP de manera habitual.

#### ¿Qué pasa si quiero devolver un producto?

- Si está abierto o usado, dōTERRA devuelve el 90 % del precio de la compra; se devuelve el 100% del precio de cualquier producto sin abrir hasta 30 días después de la compra.

#### ¿Puedo tener más de un pedido LRP?

- Sí. Si necesitas más que tu pedido mensual, simplemente cambia tu pedido LRP y vuelve a procesarlo el día del mes que elijas. Haz tantos pedidos como quieras. Recuerda cancelar los pedidos que no quieras recibir al mes siguiente.

#### ¿Cuándo puedo utilizar los puntos de productos?

- Puedes canjear los puntos de productos durante un año desde el momento en que los recibiste.

#### ¿Cómo recibo un reembolso del 100 por ciento de los gastos de envío?

- El 50 por ciento de los gastos de envío se reembolsarán en puntos de producto cuando realices un pedido LRP. El 50 por ciento restante se reembolsará en puntos de producto si el pedido LRP se procesa en línea, sin llamar al servicio de atención al cliente.

#### ¿Cómo me aprovecho de las ofertas especiales de dōTERRA?

- Realiza un pedido LRP de al menos 125 PV (volumen personal) entre el día 2 y el 15. De esta manera, podrás recibir de manera gratuita el producto del mes y aprovecharte de cualquier promoción. Presta atención a la diferencia entre PV y precio, puesto que muchas ofertas están relacionadas con el PV y comienzan el día 1 de cada mes.

EL VALOR DEL PRODUCTO (PV) DEBE SUPERAR	1	50	100	125
Mantener los puntos de recompensas LRP	✓	✓	✓	✓
Ganar entre un 10–30 % de puntos y aumentar el porcentaje		✓	✓	✓
Reunir los requisitos para recibir ingresos			✓	✓
Recibir el producto gratis del mes (pedidos realizados entre el 1 y el 15)				✓

## ¿Cómo me devuelven el 30 % en créditos para productos GRATIS?

- El porcentaje de recompensas por fidelidad crece con el tiempo desde el primer mes de inscripción.
- Tu porcentaje inicial depende del kit con el que comencaras. Sea cual sea el porcentaje con el que empieces, aumentará en un 5 por ciento cada tres meses hasta que logres el máximo de recompensas LRP del 30 %.

## ¿Cómo canjeo mis puntos de recompensas por fidelidad?

- En tu carrito de la compra virtual selecciona «Usar puntos» en los productos por los que te gustaría canjear los puntos de recompensa por fidelidad. Se añaden puntos nuevos el día 15 del mes siguiente tras realizar el pedido.

GANA HASTA UN 30% EN CRÉDITOS PARA PRODUCTOS GRATIS <i>Tu porcentaje de recompensa aumenta con el tiempo.</i>				
25 % DE DESCUENTO DE MAYORISTA				
PORCENTAJE QUE RECUPERAS EN CRÉDITOS PARA PRODUCTOS:				
<b>10 %</b> Meses 1-3	<b>15 %</b> Meses 4-6	<b>20 %</b> Meses 7-9	<b>25 %</b> Meses 10-12	<b>30 %</b> Meses 13+
TOTAL DE AHORROS Y CRÉDITOS:				
<b>35 %</b>	<b>40 %</b>	<b>45 %</b>	<b>50 %</b>	<b>55 %</b>



## CONSEJOS ESENCIALES

### Efectividad

-  Utiliza una guía de referencia para encontrar soluciones a las preguntas que te surjan.
-  Cuáles aceites funcionan mejor es algo que cambia de persona en persona. Cuando no obtengas los resultados deseados, prueba aceites diferentes o métodos de aplicación diferentes.
-  Masajea para aumentar los beneficios y fomentar una absorción rápida.
-  Aplica aceites bajo la lengua, las plantas de los pies, la columna o el ombligo.

### Seguridad

-  Evita el contacto con ojos, interior de la nariz y oídos.
-  Diluye con aceite de coco fraccionado para pieles sensibles y absorción constante. Consulta a los consejos de sensibilidad de dōTERRA. Por comodidad, la línea dōTERRA Touch™ cuenta con aceites previamente diluidos.
-  Evita la exposición al sol durante las horas siguientes a la aplicación de aceite esencial de Limón, Naranja salvaje, Bergamota, Lima, Pomelo o cualquier otro aceite cítrico de manera tópica.
-  Lee las etiquetas y sigue las recomendaciones.

### Mejores prácticas

-  Evita la exposición de los aceites a temperaturas extremas o bajo los rayos directos del sol para mantenerlos en el mejor estado.
-  Utiliza recipientes de cristal con los aceites, ya que pueden deshacer plásticos con el tiempo.
-  Los aceites de dōTERRA™ son muy potentes. Utiliza cantidades más pequeñas con mayor frecuencia para obtener mejores resultados.

Miembro n.º \_\_\_\_\_

Contraseña \_\_\_\_\_

Inicia sesión en [mydoterra.com](http://mydoterra.com)

# Más información



## Serie Vida potenciada

[doterra.com/US/es/empowered-life-series](http://doterra.com/US/es/empowered-life-series)

Echa un vistazo a esta serie de webinaros para seguir aprendiendo diversas maneras de utilizar los productos de dōTERRA.



## Descárgate la dōTERRA Daily Drop™

La serie de correos electrónicos de estilo de vida en [doterra.com](http://doterra.com) en la sección Living o descarga la aplicación.



Busca más información y recibe grandes ideas:

• [doterrablog.com/doterra-living](http://doterrablog.com/doterra-living)



Adquiere una guía de referencia de aceites o aplicación para móvil

Tu apoyo clave \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_

Correo electrónico \_\_\_\_\_

Otra persona de contacto \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_

Correo electrónico \_\_\_\_\_

Próximos eventos y clases locales o por Internet \_\_\_\_\_

• Correo electrónico: [espana@doterra.com](mailto:espana@doterra.com)

• España: +34 91 123 55 14

• Reino Unido: +44 (0)1480 433444

• América: +1 800-411-8151

• Australia: +61 (02) 8006-4854

Llamada grupal/página web/grupo(s) de Facebook:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## CADA BOTELLA MARCA LA DIFERENCIA

La utilización habitual de los productos de dōTERRA puede cambiar tanto tu vida como la vida de los productores y de sus familias en todo el mundo. Cada gota de aceite representa las manos de los que han cultivado la tierra para beneficio de todos nosotros.

### COMPORTE CON LOS QUE MÁS QUIERES



**CAMBIA LA VIDA DE LOS DEMÁS**  
¡Organiza una clase de dōTERRA con tus amigos y familiares!

### GENERA INGRESOS Y CREA IMPACTO



**CAMBIA TU FUTURO**  
Para poner en marcha tu negocio con dōTERRA, comparte y fortalece con soluciones naturales y enseña a los demás a hacer lo mismo.

