

Adaptiv

Calming Blend/Mezcla Calmante



DESCRIPCIÓN

Está compuesta de lavanda, magnolia, flor de naranjo, ámbar líquido, naranja silvestre, hierbabuena, copaiba y romero. Ya sea que te estés sintiendo fatigado o inquieto, indeciso o irritable, Adaptiv ayudara a que tu cuerpo y mente se mantengan equilibrados.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

No se recomienda ingerirlo.



TÓPICO

Aplique una o dos gotas en la nuca, muñecas, hombros, cuello, planta de los pies y sienes. Diluya con aceite de coco fraccionado para minimizar toda sensibilidad en la piel.

USOS



Agregue cuatro gotas en la bañera y disfrute de un relajante baño con sales de Epsom.



Mezcle con aceite fraccionado de coco para dar un masaje relajante.



Difunda el aceite en una habitación para promover una actitud centrada y calmada.



Aplique una gota en las manos, frótelas e inhale profundamente según lo necesite a lo largo del día.



La naranja silvestre y la hierbabuena energizan y edifican.

Promueve un sueño reparador y calma.



Árbol de té

Tea Tree (Melaleuca alternifolia)



DESCRIPCIÓN

Tiene más de 92 compuestos diferentes y aplicaciones ilimitadas. Las hojas del árbol de té fueron utilizadas por los aborígenes de Australia durante siglos. Ellos aplastaban las hojas e inhalaban el aceite para promover sensaciones de una respiración despejada y un efecto refrescante.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Aplique una o dos gotas en la zona deseada. Diluya con aceite de coco fraccionado para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

USOS



Para irritaciones de la piel, aplique 1-2 gotas de árbol de té en la zona afectada.



Agregue 1-2 gotas al agua, bebidas cítricas o en una cápsula vegetal para apoyar la función del sistema inmunológico saludable.



Combine 1-2 gotas a su limpiador facial para propiedades de limpieza agregadas o aplica en la piel después de afeitarte.



Aplique en las uñas de las manos y los pies después del baño para purificar y mantener las uñas con aspecto saludable.



Se puede utilizar para limpiar y purificar la piel y las uñas, para apoyar un cutis saludable.

Al tomarlo internamente, el árbol de té promueve la función inmunológica saludable.



Balance

Mezcla Estabilizadora



DESCRIPCIÓN

Los aceites de esta mezcla pueden ayudar a establecer un sentimiento de calma, paz y relajación. Apoyan a los sistemas fisiológicos del cuerpo a estar en armonía, estimulando la tranquilidad y promoviendo una sensación de equilibrio.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

No se recomienda ingerirlo.



TÓPICO

Aplice una o dos gotas en la nuca, muñecas, hombros, cuello, planta de los pies y sienes. Diluya con aceite de coco fraccionado para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

USOS



En caso de confusión y miedo, aplicar en las sienes, nuca y planta de los pies.



Agregue 2 a 3 gotas a un baño tibio con sales de Epsom para crear una experiencia relajante y renovadora.



Inhálelo directamente de las manos o difúndalo durante el día para que le ayude a aliviar las tensiones.



En caso de hiperactividad, mezclar con aceite de coco fraccionado y aplicar en la nuca, sienes, hombros, pecho, espalda y plantas de los pies



Ayuda a tener una sensación de calma y es relajante.

Evoca la tranquilidad, equilibrio y armonía



Copaiba

Copaiba (Copaifera)



DESCRIPCIÓN

Copaiba tiene un aroma dulce y amaderado, se obtiene de la resina del copayero, árbol que puede crecer hasta más de 30 metros y se encuentra en las zonas tropicales de Sudamérica. Es un aceite para complementar la rutina diaria y cuidado de la piel, pues es conocido por sus propiedades cosméticas.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Aplique una o dos gotas en la zona deseada. Diluya con aceite de coco fraccionado para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

USOS



Tome 2 gotas en una cápsula vegetal para apoyar la salud de los sistemas cardiovascular, inmunitario, digestivo, nervioso y respiratorio



Difunda o inhale directamente en caso de congestión respiratoria y/o falta de equilibrio emocional.



Aplíquelo tópicamente para ayudar a mantener la piel limpia y para ayudar a reducir la apariencia de manchas.



En caso de problemas de articulaciones, dolor muscular e inflamación crónica aplicar tópicamente.



Apoya la salud de los sistemas cardiovascular, inmunitario, digestivo, nervioso y respiratorio.

Si se difunde ayuda a crear un ambiente relajante y refrescante.



Deep Blue

Soothing Blend/Mezcla para del dolor



DESCRIPCIÓN

Es una mezcla de gaulteria, menta, tanaceto azul, manzanilla azul, helicriso y osmanto, los cuales trabajan juntos para calmar y refrescar.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

No se recomienda ingerirlo.



TÓPICO

Aplique una o dos gotas en la zona deseada. Diluya con aceite de coco fraccionado para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

USOS



Aplica en los pies y rodillas antes y después de hacer ejercicio.



Masajee con Deep Blue y unas gotas de aceite portador en las piernas de los niños en crecimiento antes de dormir.



Diluya con aceite fraccionado de coco y aplique en la zona afectada en caso de calambres, dolor de articulaciones, dolor de espalda, dolor de huesos, dolor muscular, esguinces, etc.



Aplicar en las sienes, nuca y frente en caso de dolor de cabeza.



Es ideal luego de largas horas en la computadora para masajear tus dedos, muñecas, hombros y nuca.

Unas gotas de mezcla calmante Deep Blue diluidas en aceite de coco fraccionado pueden ser parte de un masaje reconfortante y liberador.



DigestZen

Mezcla digestiva/Digestive Blend



DESCRIPCIÓN

Es una mezcla que contiene jengibre, hinojo, cilantro, menta, estragón, anís y alcaravea. Se conoce como "domaestómagos" de doTERRA pues es buena opción para todas las necesidades de apoyo digestivo.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Aplique 1 o 2 gotas en la zona abdominal, tobillos y planta de los pies. Diluye con aceite de coco fraccionado para minimizar toda irritación de la piel.

USOS



Frote en el estómago antes de viajar o hacer un viaje por carretera.



Tome DigestZen internamente cuando pruebe nuevos alimentos para aliviar el malestar estomacal ocasional.



En caso de distensión abdominal, colitis, estreñimiento, flatulencias, gastritis, etc. Aplicar dando masaje en la zona abdominal, en los tobillos y en las plantas de los pies.



En caso de vómito y sinusitis difundir o inhalar directamente.



Ayuda con la digestión, aliviar el malestar estomacal y mantener la salud digestiva en general.

Agréguelo al agua o al té para mantener un tracto gastrointestinal saludable.



Easy Air

Mezcla respiratoria/Breathe



DESCRIPCIÓN

Es una combinación de aceites esenciales que incluye hoja de laurel, menta, eucalipto, melaleuca, limón, ravensara y cardamomo. Mantiene la sensación de las vías respiratorias despejadas mientras minimiza los efectos de las amenazas estacionales.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Aplice 1 o 2 gotas en la zona abdominal, tobillos y planta de los pies. Diluye con aceite de coco fraccionado para minimizar toda irritación de la piel.

USOS



Difunda o inhale directamente de las palmas de las manos o frote en el pecho y los pies cuando las amenazas ambientales sean altas.



Difunda a la hora de acostarte para una noche de sueño reparador.



En caso de tos, aplique en el área de la garganta y en el pecho.



Se puede aplicar tópicamente en el pecho, la espalda y en la planta de los pies o difundir en la noche para calmar los sentidos y promover un sueño profundo.



Despeja vías respiratorias y protege de amenazas estacionales.

Promueve un sueño reparador y calma.



Incienso

Frankincense (Boswellia)



DESCRIPCIÓN

Se conoce como el rey de los aceites esenciales debido a sus poderosos beneficios para la salud, favoreciendo la función celular saludable y estimulando el sistema inmunológico y respiratorio.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Diluya 1-2 gotas con aceite fraccionado de coco y aplique en la zona deseada.

USOS



Difunda o inhale directamente para lograr equilibrio emocional, mejorar la memoria y la concentración.



Para fortalecer el sistema inmunológico coloque 1-2 gotas debajo de la lengua.



Aplique en la planta de los pies para promover sentimientos de relajación y para equilibrar el estado de ánimo.



Tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal para apoyar la función celular saludable.



Agregue 1-2 a su rutina facial para una piel rejuvenecida y libre de imperfecciones.



Sus propiedades calmantes y embellecedoras se utilizan para rejuvenecer la piel y reducir las apariencias de las imperfecciones.

Cuando se inhala o difunde, el incienso promueve sentimientos de paz, relajación, satisfacción y bienestar general.



Lavanda

Lavender (*Lavandula angustifolia*)



DESCRIPCIÓN

La lavanda es el aceite esencial más conocido en todo el mundo. Las flores de lavanda son las más utilizadas por su agradable aroma y por sus propiedades medicinales.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Aplique una o dos gotas en la zona deseada. Diluya con aceite de coco fraccionado para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

USOS



Agregue unas gotas de lavanda en las almohadas, ropa de cama o en las plantas de los pies a la hora de acostarte para un sueño reparador.



Aplique directamente en caso de picaduras, ampollas, piel reseca, quemaduras, heridas, dermatitis, caspa, hongos y verrugas.



Tome internamente para reducir sentimientos de ansiedad.



En caso de alergias aplicar en los senos paranasales y en las plantas de los pies.



Es antiespasmódico, así que también sirve para tratar infecciones leves de garganta y bronquios.

Es antiinflamatorio, regenerador y adecuado para los problemas de acné.



Limón

Lemon (Citrus limon)



DESCRIPCIÓN

El limón es un poderoso agente limpiador que purifica el aire y las superficies y puede usarse como un limpiador no tóxico en toda la casa. Cuando se agrega al agua, el limón proporciona un impulso refrescante y saludable durante el día.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua.



TÓPICO

Aplica 1 o 2 gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de doTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

NOTA: no exponer al sol la zona de la piel donde se ha aplicado por 12 horas.

USOS



Tómelo internamente para ayudar con la incomodidad respiratoria estacional.



Agrégallo a un atomizador de agua para limpiar mesas, mostradores y otras superficies.



Agregar 1-2 gotas en un vaso de agua para purificarla.



En caso de querer regular la presión arterial colocar 1-2 gotas debajo de la lengua.



Difunda o inhale directamente para mejorar la concentración y levantar el ánimo.



Proporciona limpieza y beneficios digestivos y apoya la función respiratoria saludable.

Es estimulante y energizante cuando se difunde.



Menta

Peppermint (Mentha Piperita)



DESCRIPCIÓN

Tiene un aroma energizante y estimulante. Alivia indigestión, malestar estomacal ocasional y promueve la función respiratoria saludable.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Diluya con aceite portador para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

USOS



Mezcle con limón en agua para un saludable y refrescante enjuague bucal.



Tome 1 a 2 gotas en una cápsula vegetal para aliviar el malestar estomacal ocasional.



Difundir o inhalar directamente para promover un estado de alerta y mejorar la memoria.



En caso de dolor de cabeza aplicar en las sienes y en la nuca.



Para casos de fatiga crónica aplicar en músculos, articulaciones, espalda y planta de los pies.



Frecuentemente se utiliza en pasta de dientes y chicles para la salud oral.

Brinda alegría al corazón, da optimismo y fortaleza emocional.



On Guard

Mezcla protectora/Protective Blend



DESCRIPCIÓN

On Guard es una mezcla que proporciona una alternativa natural y eficaz para el apoyo inmunológico. Protege contra las amenazas ambientales y estacionales con aceites esenciales conocidos por sus efectos positivos en el sistema inmunológico.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

Diluya 1 gota en 120ml (4fl oz) de agua o tome 1-2 gotas en una cápsula vegetal.



TÓPICO

Aplique 1 o 2 gotas en la zona abdominal, tobillos y planta de los pies. Diluye con aceite de coco fraccionado para minimizar cualquier irritación de la piel.

USOS



Agregue dos a tres gotas en una capsula vegetal para un rápido estímulo inmunológico.



Agregue 2 gotas por cada 50ml a una botella de spray con agua para un eficaz limpiador de superficies de uso múltiple.



En caso de dolor de garganta mezclar 1-2 gotas con agua y hacer gárgaras.



Puede tomarse diariamente para mantener la función inmune y apoyar la función cardiovascular saludable.



Ayuda a purificar el aire y puede ser muy energizante y edificante.

Se puede utilizar como limpiador de superficies de toda la casa.



Serenity®

Mezcla Estabilizadora



DESCRIPCIÓN

Combina aceites esenciales reconocidos por su habilidad para aliviar sentimientos de tensión y calmar las emociones. Su aromático contribuye al sueño reparador. La adición de aceites esenciales de cedro, madera de ho y vetiver da un aroma estabilizador que calma la mente y tranquiliza los sentidos.

INSTRUCCIONES DE USO



AROMÁTICO

Agregue 2 gotas por cada 50ml de agua en el difusor de su elección.



INTERNO

No se recomienda ingerirlo.



TÓPICO

Aplique una o dos gotas en la nuca, muñecas, hombros, cuello, planta de los pies y sienes. Diluya con aceite de coco fraccionado para minimizar cualquier sensibilidad en la piel.

USOS



En caso de enojo, ira, ansiedad, cambios de humor y para usar como calmante y sedante, difundir e inhalar directamente.



Para casos de bruxismo, mezclar con aceite de coco fraccionado y aplicar en planta de los pies.



En caso de insomnio, aplicar alrededor del ombligo, nuca y planta de los pies.



En caso de hiperactividad, trastorno de déficit de atención y trastorno de déficit de atención e hiperactividad aplicar en la columna vertebral y plantas de los pies.



Permite conciliar el sueño.

Alivia la tensión y evoca calma.

