

Solo para uso en Estados Unidos

# Esenciales dōTERRA®





# Índice de materias

dōTERRA®	4
Responsabilidad en el abastecimiento	6
Pruebas científicas innovadoras	8
Investigación científica de punta	9
Para poner en tus manos los aceites esenciales	10
Aplicación de aceites esenciales	12
Seguridad en el uso de aceites esenciales	13
Aceites esenciales individuales	15
Calcomanías para tapones de aceites dōTERRA	71
Mezclas de aceites esenciales	75
Productos para el bienestar dōTERRA	103
Productos dōTERRA Breathe®	104
Productos Deep Blue®	105
Productos dōTERRA On Guard®	106
Lifelong Vitality Pack® (paquete vitalidad vitalicia)	108
Productos DigestZen®	111
Suplementos especializados	113
dōTERRA Women (mujeres dōTERRA)	114
dōTERRA para niños	115
Control de peso	116
Cuidado del cabello	118
Cuidado personal	120
Cuidado de la piel	122
dōTERRA® SPA	127
Productos dōTERRA para limpieza de 30 días	128



# dōTERRA®

En 2008, los fundadores de dōTERRA se comprometieron con la misión de producir aceites esenciales puros, potentes y de alta calidad que fueran fáciles de usar y aún más fáciles de compartir con el mundo. Desde entonces, miles de individuos, familias y comunidades han experimentado el poder transformador de los aceites esenciales, incorporando el uso de los productos dōTERRA en su vida diaria.

Con la meta de cambiar familias, comunidades y el mundo una gota a la vez, dōTERRA ha hecho un gran esfuerzo para planificar cuidadosamente cada paso del proceso de producción de aceites esenciales. Desde la siembra de semillas hasta la entrega de los aceites esenciales en la puerta de tu casa, dōTERRA se asegura de que se tome cada medida necesaria para poner a tu alcance productos de aceites esenciales de alta calidad, responsablemente obtenidos y exhaustivamente probados.



# Abastecimiento Responsable

## AGRICULTORES

Con una red botánica global que incluye agricultores en más de 40 países, dōTERRA comienza su búsqueda de aceites esenciales de alta calidad asegurándose de que en el proceso de producción se usen únicamente las mejores semillas, suelos, equipos y condiciones de cultivo. Mediante la asociación con agricultores que tienen una profunda comprensión de las plantas nativas, el clima local, los patrones climáticos, las semillas y suelos que deben usarse, la mejor época para sembrar, etc., dōTERRA produce aceites esenciales puros, potentes y seguros. El uso de atajos en cualquier punto del proceso de cultivo, cosecha o destilación daría como resultado aceites esenciales de calidad inferior, y por eso dōTERRA confía en el conocimiento y pericia de agricultores nativos. La cuidadosa selección de fuentes vegetales permite a dōTERRA no solamente producir aceites esenciales puros y preciosos, sino también crear fuentes de trabajo para agricultores rurales que de otro modo sufren con salarios injustos y malas condiciones de trabajo. Cuando los agricultores se asocian con dōTERRA reciben pagos justos que les permiten mantener sus negocios y proveer para sus familias con ingresos sostenibles.





## DESTILADORES

Así como la siembra, cultivo y cosecha del proceso de producción son etapas extremadamente importantes y delicadas, el siguiente paso, la destilación, es clave para preservar el fuerte aroma y los beneficios terapéuticos de cada aceite esencial. Con atención a los detalles, el equipo adecuado y un firme compromiso con producir únicamente lo mejor, los destiladores de dōTERRA juegan un papel importante en la preservación del delicado perfil químico de cada aceite esencial producido.

dōTERRA usa dos tipos de procesos de destilación (por arrastre de vapor y prensado en frío) que han comprobado ser exitosos en la producción de aceites esenciales puros y de alta calidad.

**Destilación por arrastre de vapor:** en este proceso frágil y largo, se hierva agua para crear vapor que luego pasa a través del material vegetal. El vapor entonces acarrea los compuestos aromáticos de la planta hacia un tubo de recogimiento donde el vapor se enfría y se convierte nuevamente en agua. De allí, fácilmente se puede separar del agua un aceite esencial puro y limpio.

**Exprimición:** conocido también como prensado en frío, el método de exprimición es usado por dōTERRA solamente para producir aceites esenciales cítricos. Durante este proceso, mediante presión mecánica se exprime el aceite esencial de las cáscaras de frutas cítricas –produciendo un aceite puro y potente.

dōTERRA selecciona cuidadosamente artesanos de todo el mundo para ayudar a producir más de 100 aceites esenciales diferentes. En asociación con profesionales que conocen la importancia del proceso de producción –y nunca buscan atajos, sino que están comprometidos con la producción de aceites esenciales de alta calidad – dōTERRA logra brindar constantemente a sus clientes productos únicos, puros y seguros.



## Pruebas científicas innovadoras (Los más probados, los más dignos de confianza)

Después de la cuidadosa cosecha y destilación, cada lote de aceites esenciales es trasladado a los modernos laboratorios de dōTERRA para su análisis. Para garantizar los más altos niveles de calidad, dōTERRA ha creado el proceso de pruebas CPTG® (certificados como puros y de grado terapéutico). Con criterios rigurosos, las normas CPTG® certifican que los aceites dōTERRA® no contienen rellenos añadidos ni contaminantes dañinos, y que son puros y auténticos.

A fin de proveer continuamente a los usuarios aceites esenciales de alta calidad, dōTERRA se esfuerza por mantenerse actualizada sobre los últimos métodos de análisis de aceites esenciales. La asociación con expertos académicos, productores y científicos ha permitido a dōTERRA crear un proceso de pruebas innovador que excede las normas de otras compañías de aceites esenciales.



El laboratorio de dōTERRA y otros confiables laboratorios de terceros emplean las siguientes pruebas para asegurar que únicamente los aceites de la más alta calidad sean aprobados para el uso de nuestros clientes:

- **Evaluación organoléptica:** una evaluación de la apariencia, el color y el aroma de cada aceite
- **Gravedad específica:** verifica la pureza y calidad de cada aceite esencial
- **Cromatografía de gases/espectroscopia de masas (GC/MS, por sus siglas en inglés):** asegura que la química de cada aceite corresponda con el perfil químico esperado
- **Espectroscopia infrarroja con transformada de Fourier (FTIR, por sus siglas en inglés)** analiza la composición material de un aceite para asegurar que cumpla con las normas de dōTERRA
- **Rotación óptica:** puede ayudar a identificar aditivos sintéticos que no se detectan con otras pruebas
- **Índice refractivo:** mide la manera en que la luz se esparce a través del aceite para asegurar que cumpla con las normas de dōTERRA
- **Pruebas de contaminación:** se analizan los aceites por su contenido de contaminantes, metales pesados y microorganismos posiblemente dañinos
- **Pruebas de estabilidad:** ayudan a asegurar que un aceite esencial mantendrá su pureza y eficacia durante todo su tiempo proyectado de uso.

Además de rigurosas normas de prueba, dōTERRA usa el conocimiento y pericia de una junta de científicos asesores compuesta por expertos en química, microbiología, botánica, ciencia de la investigación, fisiología y ciencia de la nutrición.

## Investigaciones médicas y asociaciones innovadoras

Además de la junta de científicos asesores que ayuda a dōTERRA a mantenerse a la vanguardia de las pruebas de aceites esenciales, dōTERRA mantiene el compromiso de mejorar la experiencia con los aceites esenciales mediante asociaciones cercanas con profesionales del cuidado de la salud contemporáneo. Mediante asociaciones con instalaciones médicas, clínicas y universidades de renombre, dōTERRA continúa brindando a los usuarios maneras seguras y eficaces de usar los aceites esenciales como aliados de la medicina moderna.

Las investigaciones juegan un papel importante en proveer a los usuarios de dōTERRA aplicaciones de aceites esenciales seguras y eficaces. dōTERRA se asocia con hospitales, universidades investigadoras y otras instalaciones médicas para producir investigaciones útiles que permitan a dōTERRA mantener a sus clientes seguros e informados en cuanto a los mejores usos de los aceites esenciales. dōTERRA también tiene una junta de médicos asesores formada por profesionales de la medicina que trabajan para desarrollar aún más el uso de los aceites esenciales en entornos de atención médica.





# Llevamos a tu puerta aceites esenciales de calidad

Cada detalle del proceso de producción de aceites esenciales es diseñado para lograr una meta: llevar a los usuarios de dōTERRA aceites puros, seguros y de alta calidad. dōTERRA sabe que la dedicación a la responsabilidad, eficacia y precisión lleva a la producción de los mejores aceites esenciales que verdaderamente pueden influenciar las vidas de familias en todo el mundo. Con aceites esenciales de calidad, tú y tu familia pueden encontrar soluciones naturales a los problemas cotidianos, y disfrutar de mejor salud y bienestar –logrando la misión de dōTERRA de cambiar vidas con aceites esenciales puros.

# Aplicación de aceites esenciales

Pronto aprenderás que existen cientos de maneras de usar los aceites esenciales dōTERRA, incluso para el relajamiento, la higiene personal, la limpieza del hogar, la cocina y más. Todo aceite tiene por lo menos uno de tres métodos de aplicación: Aromático (A), Tópico (T), or Interno (I). A lo largo de esta guía, descubrirás que cada aceite está marcado con uno o más de estos 3 métodos, usando las letras A, T e I. Esta es una guía de referencia sencilla para ayudarte a usar los aceites de tu kit en forma segura y eficaz.

## Aromático (A)

El aceite esencial puede difundirse o inhalarse directamente para disfrutar de una experiencia aromática estimulante. El uso aromático de los aceites puede ayudar a mejorar el estado de ánimo, purificar el aire y eliminar malos olores.

## Tópico (T)

El aceite esencial es fácilmente absorbido por la piel y puede aplicarse tópicamente sin riesgos por sí solo, con otros aceites o con aceites transportadores.

## Interno (I)

El aceite esencial también puede usarse internamente para apoyar una variedad de beneficios de salud. Estos aceites comestibles pueden usarse como suplementos dietéticos en cápsulas vegetales o en bebidas.



## SENSIBILIDAD DE LA PIEL

Cerca de cada aceite también encontrarás uno de estos 3 descriptores de sensibilidad de la piel: Puro (P), Sensible (S) o Diluir (D). Usa esta clave para ayudarte a usar apropiadamente los aceites esenciales según los niveles de sensibilidad.

## Puro (P)

El aceite esencial puede usarse tópicamente sin diluirlo.

## Sensible (S)

El aceite esencial debe diluirse para piel tierna o sensible.

## Diluir (D)

El aceite esencial debe diluirse antes de usarlo tópicamente.

# Seguridad en el uso de aceites esenciales

Los aceites esenciales puros dōTERRA son muy potentes. Ya sea que los apliques tópicamente, interna o aromáticamente, recuerda que una pequeña cantidad rinde mucho. Sigue siempre las recomendaciones de uso de dōTERRA. Puedes encontrar estas recomendaciones en la Guía de Productos actual o en [w.com](http://w.com).

- Cuando uses un aceite esencial tópicamente por primera vez, es buena idea que lo diluyas con aceite transportador para ver cómo reacciona el aceite con tu piel. Comienza con una gota de aceite esencial y cinco gotas de aceite de coco fraccionado (Fractionated Coconut Oil). Puedes personalizar esta proporción con tiempo y experiencia.
- Algunos aceites esenciales son muy poderosos, y siempre debes diluirlos con aceite transportador como Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) dōTERRA antes de aplicártelo en la piel. Estos aceites incluyen los siguientes: Cassia (casia), Cinnamon (canela), Clove (clavo), Geranium (geranio), Lemongrass (citronela), Oregano (orégano) y Thyme (tomillo). Estos se conocen como aceites calientes. Cuando pruebes estos aceites por primera vez, considera una proporción de dilución de una gota de aceite esencial con 10 gotas de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado).
- Algunos aceites esenciales causan fotosensibilidad, lo cual puede causar quemaduras solares con mayor facilidad. Es mejor alejarte de la luz ultravioleta (sol natural o bronceado artificial) por lo menos por 12 horas después de aplicártelos en la piel. Estos aceites incluyen los siguientes: AromaTouch,<sup>®</sup> Bergamot (bergamota), dōTERRA Breathe,<sup>®</sup> dōTERRA Cheer,<sup>®</sup> Citrus Bliss,<sup>®</sup> Elevation,<sup>®</sup> dōTERRA Forgive,<sup>®</sup> Grapefruit (pomelo), InTune,<sup>®</sup> Lemon (limón), Lime (lima), dōTERRA Motivate,<sup>®</sup> dōTERRA On Guard<sup>®</sup>, Purify, Slim & Sassy,<sup>®</sup> Wild Orange (naranja silvestre) y Zendocrine.<sup>®</sup>
- Los aceites esenciales son generalmente seguros de aplicar en cualquier parte de la piel, pero hay ciertas áreas que deben evitarse. No apliques los aceites dentro o cerca de la nariz, el interior de los oídos, los ojos, la piel herida u otras áreas hipersensibles.
- Sí la piel comienza a enrojecerse, picar o arder después de aplicar el aceite, retira el aceite de la piel con un paño suave; luego alterna la aplicación de aceite transportador [Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado)] y la limpieza con el paño.
- Cuando ingieras aceites esenciales, solamente necesitarás una o dos gotas a la vez. Puedes echar el aceite directamente en agua u otro líquido o ponerlo en una cápsula vacía y tragarla.
- Los niños por lo general son más sensibles a los aceites que los adultos. Es mejor diluir un aceite esencial antes de aplicarlo tópicamente a un niño y comenzar la aplicación en los pies. Para bebés menores de dos años, la aplicación aromática mediante un difusor es la mejor manera de comenzar.
- Debido a que los aceites dōTERRA son muy poderosos, cerciérate de se usen únicamente bajo la supervisión de un adulto. dōTERRA recomienda que mantengas los aceites en un lugar alto, fuera del alcance de los niños. Almacena los aceites con el reductor de orificio que traen en la botella y con la tapa firmemente cerrada.
- Si tienes alguna pregunta en cuanto al uso de aceites esenciales para tus necesidades particulares, habla con un profesional médico calificado.





# Aceites esenciales individuales

Obtenidos de las fuentes naturales más puras de la tierra, los aceites esenciales individuales dōTERRA tienen el propósito de llevar la potencia y sencillez de la naturaleza directamente a tu hogar. Cada aceite individual dōTERRA tiene su propia química y aroma, por lo que ofrece al usuario un conjunto exclusivo de beneficios. Sin importar tus necesidades o preferencias, la variedad de aceites y usos hace más fácil encontrar un aceite esencial dōTERRA que brinde una solución natural a tus muchos problemas cotidianos.



## Arborvitae (tuya)

Conocido por sus excepcionales propiedades conservadoras, el aceite esencial de Arborvitae (tuya) puede ayudar a proteger contra una variedad de amenazas externas y actúa como un potente agente purificador.

### **Beneficios principales:**

- Protege contra amenazas medioambientales y estacionales
- Es un potente agente limpiador y purificador
- Es un repelente de insectos y conservador de madera natural

### **Usos:**

- Mezcla 10 gotas de Arborvitae (tuya) y 1/2 taza de agua en una botella con atomizador; rocíalo sobre superficies y en las manos para protegerte contra amenazas medioambientales.
- Úsalo durante la meditación para disfrutar de una sensación de paz y calma.
- Aplícalo en las muñecas y los tobillos antes de hacer excursionismo o actividades al aire libre.
- Difúndelo para purificar el aire y repeler insectos dentro de tu hogar.
- Mezcla cuatro gotas de aceite esencial de Arborvitae (tuya) y dos gotas de aceite esencial de Lemon (limón) con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) dōTERRA para crear un conservador y pulidor de madera natural.



# Basil (albahaca)

Un producto verdaderamente versátil, el aceite de Basil (albahaca) es conocido por su habilidad para reducir sentimientos de ansiedad, brindar a la piel una sensación de frescura y agregar sabor a una variedad de comidas. Basil (albahaca) es una adición útil a cualquier colección de aceites esenciales.

## Beneficios principales:

- Apoya la salud gastrointestinal\*
- Agente enfriador si se aplica tópicamente en la piel
- Reduce sentimientos de ansiedad y tensión

## Usos:

- Aplícalo tópicamente para reducir la apariencia de manchas.
- Difúndelo para promover una sensación de concentración mientras estudias o lees.
- Ingiere una gota para proveer apoyo calmante durante tu ciclo menstrual.\*
- Ingiere una gota para reducir la flatulencia y apoyar la salud y el funcionamiento gastrointestinal.\*
- Combina una gota de Basil (albahaca) y una gota de Melaleuca (árbol de té) con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado); aplícalo en el cuello y detrás de las orejas para disfrutar de una experiencia relajante.

(A)(T)(I)|(P)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Bergamot (bergamota)

Uno de los aceites cítricos más singulares, el aceite de Bergamot (bergamota) produce simultáneamente sentimientos de calma y edificación –por lo que es ideal para aliviar sentimientos de tristeza o ansiedad. Al igual que otros aceites cítricos, posee propiedades limpiadoras considerables y un agradable aroma.

### Beneficios principales:

- Calma sentimientos de ansiedad o tristeza
- Es un poderoso agente limpiador de la piel
- Es usado frecuentemente en terapias de masajes por sus beneficios calmantes

### Usos:

- Convierte el té regular en té Earl Grey agregándole Bergamot (bergamota).
- Aplícatelo en los pies antes de acostarte para disfrutar de su efecto calmante y relajante.
- Agrega una gota a tu rutina nocturna para el cuidado de la piel y disfruta de sus efectos purificadores.
- Difúndelo en el aula de clases, el trabajo o el hogar cuando sean altos los niveles de estrés o sentimientos de tensión.
- Ingiere una gota para apoyar la salud de los sistemas nervioso y cardiovascular.\*



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Black Pepper (pimienta negra)

Más popularmente conocido por sus usos en la cocina, el aceite esencial de Black Pepper (pimienta negra) realza el sabor de las comidas y puede ingerirse o usarse aromáticamente para obtener una variedad de beneficios de salud.

## Beneficios principales:

- Ayuda con la digestión\*
- Apoya la circulación saludable\*
- Brinda apoyo antioxidante\*

## Usos:

- Difúndelo o inhálalo directamente para aliviar sentimientos de ansiedad y elevar el estado de ánimo.
- Ingiere una gota para mantener niveles saludables de azúcar sanguíneo que ya se encuentran en el rango normal.\*
- Agrégalo a carnes, sopas, entrantes y ensaladas para mejorar su sabor y ayudar con la digestión.\*
- Combina dos gotas con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar un masaje cálido y relajante.
- Ingiere dos gotas cuando sean altas las amenazas estacionales para apoyar la salud de la función respiratoria.\*

(A)(T)(I)|(S)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Blue Tansy (tanaceto)

El nombre Blue Tansy (tanaceto) –que en inglés se traduce literalmente como tanaceto azul– se debe parcialmente a su vivaz toque azulado. Blue Tansy (tanaceto) tiene un aroma dulce y cálido, y un efecto calmante que puede ser benéfico para la piel, la mente y el cuerpo. (Dilúyelo para minimizar las posibilidades de que cause manchas.)

## Beneficios principales:

- Brinda relajamiento calmante a áreas específicas
- Provee un vapor refrescante y vigorizante
- Minimiza los efectos de amenazas estacionales

## Usos:

- Aplícalo sobre irritaciones menores de la piel para disfrutar de su efecto calmante.
- Úsalo antes de actividades al aire libre para protegerte contra amenazas estacionales.
- Frótatelo en los dedos, las muñecas, los hombros y el cuello después de un largo día de actividades.
- Aplícatelo en el pecho con Peppermint (menta) para promover sentimientos de vías aéreas despejadas.
- Difúndelo para disfrutar del su efecto calmante cuando te sientas abrumado por la vida.





## Cardamom (cardamomo)

A menudo se usa para realzar el sabor a las comidas y bebidas, el aceite esencial de Cardamom (cardamomo) es útil en la cocina y también puede ayudar con la salud respiratoria y la digestión.\*

### Beneficios principales:

- Es una especia sabrosa para cocinar y hornear
- Promueve la salud respiratoria y despeja las vías aéreas\*
- Puede ayudar a aliviar la indigestión y mantener la salud gastrointestinal general\*

### Usos:

- Difúndelo o inhálalo para disfrutar de una sensación de apertura y claridad mental.
- Difúndelo o aplícalo tópicamente para promover sentimientos de respiración despejada.
- Echa una gota en el agua de la bañera para promover sentimientos de calma y relajamiento.
- Agrega Cardamom (cardamomo) a panes, licuados, carnes y ensaladas para mejorar su sabor y ayudar con la digestión.\*
- Ingiera una gota como parte de tu régimen de salud diario para apoyar la salud de la función gastrointestinal.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Cassia (casia)

Conocido por sus propiedades entibiadoras, el aceite de Cassia (casia) promueve la salud digestiva e inmunitaria.\* Por su naturaleza calmante y aroma especiado, el aceite de Cassia (casia) ofrece muchos beneficios únicos al cuerpo y la mente.

### Beneficios principales:

- Crea un aroma cálido y edificante
- Ayuda a promover la salud digestiva\*
- Apoya la salud del sistema inmunitario y su función de respuesta\*

### Usos:

- Difunde una gota de Cassia (casia) y una gota de Wild Orange (naranja silvestre) y disfruta de su edificante aroma.
- Ingiere dos gotas para promover la salud de la función del sistema cardiovascular.\*
- Ingiere una gota para fortalecer el sistema inmunitario cuando sean altas las amenazas estacionales.\*
- Echa en el agua una gota de Cassia (casia) y una de Lemon (limón) para ayudar con la digestión y controlar los antojos.\*
- Combina una gota de Cassia (casia) con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y da masaje en los músculos para disfrutar de una sensación cálida.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Cedarwood (madera de cedro)

El aceite de Cedarwood (madera de cedro) emite un aroma cálido y leñoso que inspira sentimientos de bienestar y vitalidad, y con frecuencia se usa al dar masajes para relajar y calmar.

## Beneficios principales:

- *Promueve el relajamiento*
- *Naturalmente repele insectos*
- *Contiene propiedades clarificantes*

## Usos:

- Antes de hacer ejercicio, frótate una o dos gotas en el pecho para mantener la vitalidad a lo largo de tu rutina.
- Difúndelo en el hogar, la oficina u otro espacio de trabajo para ayudar a promover sentimientos de autoconfianza.
- Echa unas cuantas gotas de Cedarwood (madera de cedro) en bolas de algodón y déjalas en armarios, cajas de almacenamiento u otras áreas para alejar las polillas.
- Difúndelo al final de un largo día para promover el equilibrio emocional y un ambiente relajante.
- Mejora la apariencia de imperfecciones de la piel aplicando directamente una gota en el área afectada.

Ⓐ | Ⓣ | Ⓢ





# Cilantro

El aceite esencial de cilantro agrega un sabor fresco y herbáceo a una variedad de comidas y brinda muchos beneficios internos que ayudan con la limpieza y digestión.\*

## Beneficios principales:

- Ayuda con la digestión\*
- Es un potente limpiador y desintoxicante\*
- Da a la comida un sabor fresco y herbáceo

## Usos:

- Ingiera una gota para calmar el sistema nervioso.\*
- Ingiera una gota para apoyar la salud de la función y respuesta inmunitaria.\*
- Aplícate Cilantro en las uñas de las manos y los pies para mantenerlas con una apariencia limpia y saludable.
- Da a tus mezclas cítricas para difundir un toque especiado con aceite de cilantro y disfruta del fresco, dulce y herbáceo aroma.
- Difúndelo o aplícalo tópicamente para crear una sensación de tranquilidad que apoya el sueño nocturno reparador.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Cinnamon Bark (corteza de canela)

Extraído de la fragante corteza del árbol, el aceite esencial de Cinnamon Bark (corteza de canela) tiene notorias propiedades limpiadoras que pueden promover el apoyo inmunitario, la salud de la función metabólica y otros beneficios de salud interna.

## Beneficios principales:

- Limpia la boca y las encías
- Ayuda a apoyar la salud de la función metabólica\*
- Promueve la salud del sistema inmunitario las amenazas estacionales son altas\*

## Usos:

- Difunde Cinnamon Bark (corteza de canela) para evocar sentimientos cálidos y de aceptación.
- Añade una gota a una taza de té con miel y bébelo lentamente para aliviar la garganta.
- Ingiera dos gotas para promover la salud respiratoria y cardiovascular.\*
- Ingiera una gota para apoyar niveles saludables de azúcar sanguíneo que ya se encuentran en el rango normal.\*
- Dilúyelo con dōTERRA® Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar un masaje cálido en articulaciones frías y doloridas.

Ⓐ Ⓣ ⓘ | Ⓓ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Clary Sage (esclárea)

Conocido ampliamente por sus propiedades calmantes, el aceite de esclárea (Clary Sage) relaja, calma y equilibra –particularmente cuando se usa para calmar y aliviar la piel.

## Beneficios principales:

- Promueve el sueño nocturno reparador
- Promueve la apariencia saludable del cabello y del cuero cabelludo
- Provee beneficios calmantes considerables para la piel

Usos:

- Ingiera dos gotas para relajar y calmar el sistema nervioso.\*
- Difunde Clary Sage (esclárea) a la hora de acostarte para promover sentimientos de calma y relajamiento.
- Durante tu ciclo menstrual, aplícatelo en el abdomen para disfrutar de su alivio calmante.
- Durante la menopausia, úsalo para darte masajes y elevar tu estado de ánimo.
- Combínalo con Lavender (lavanda) y agrégalo al agua de la bañera para darte un baño aliviador del estrés.

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Clove (clavo)

Junto con sus considerables beneficios internos, las características de calentamiento y limpieza del aceite de clavo (Clove) hacen que este energizante y estimulante aceite sea útil en la vida diaria.

### Beneficios principales:

- Limpia las encías y los dientes
- Apoya la salud cardiovascular\*
- Posee potentes propiedades antioxidantes

### Usos:

- En lugar de usar clavo seco, usa aceite de clavo (Clove) al gusto al hornear.
- Combínalo con dōTERRA SPA Hand and Body Lotion (crema para manos y cuerpo) y disfruta de un masaje cálido.
- Echa dos gotas en agua e ingiérela para apoyar la salud de la circulación sanguínea.\*
- Ingiere dos gotas para apoyar las funciones inmunitaria, metabólica, celular y hepática.\*
- Difunde tres gotas de Clove (clavo), una gota de Cinnamon Bark (corteza de canela) y dos gotas de Wild Orange (naranja silvestre) para crear un aroma vigorizante.

(A) (T) (I) | (P)

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



# Copaiba

El aceite esencial de Copaiba se extrae de la resina del árbol del mismo nombre, y ha sido usado en prácticas de salud tradicionales por aborígenes de Brasil. El aceite de Copaiba es extensamente usado en productos cosméticos y perfumes.

## Beneficios principales:

- Poderoso antioxidante\*
- Promueve una piel clara y tersa, y reduce la apariencia de manchas
- Apoya la salud de los sistemas cardiovascular, inmunitario, digestivo, nervioso y respiratorio\*

## Usos:

- Difúndelo o aplícalo tópicamente para promover sentimientos de respiración despejada.
- Ingiere dos gotas para ayudar a relajar y calmar el sistema nervioso.\*
- Agrégalo al humectante para dar a tu piel una apariencia más lozana.
- Difunde una gota de Copaiba y dos gotas de Cinnamon (canela) y disfruta del vigorizante aroma.
- Después de actividades intensas, aplícate Copaiba con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) en las piernas para darte un masaje calmante.

(A)(T)(I)(S)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Coriander

## (semilla de cilantro)

Con un aroma fresco y herbáceo, el aceite de semilla de cilantro (Coriander) puede calmar la mente y el cuerpo. Útil para la piel y la digestión,\* y relajante para el cuerpo, el aceite esencial de semilla de cilantro (Coriander) es tan único como útil.

### Beneficios principales:

- Promueve el relajamiento
- Promueve la digestión saludable\*
- Ayuda a mantener un cutis claro

### Usos:

- Agrega una gota a tus recetas de curry para mejorar su sabor.
- Ingiere dos gotas para mantener la salud de la función hepática.\*
- Después de una breve rutina de ejercicio, aplícate Coriander (semilla de cilantro) en las piernas para darte un masaje calmante.
- Ingiere dos gotas para apoyar la salud y el funcionamiento gastrointestinal.
- Difunde dos gotas de Coriander (semilla de cilantro), Peppermint (menta) y dōTERRA Balance® para promover una actitud positiva.

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓢ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Cypress (ciprés)

El limpio y refrescante aroma del aceite esencial de ciprés (Cypress) es beneficioso para estimular las emociones, mientras promueve la energía y la vitalidad. Útil para elevar el estado de ánimo y mejorar las condiciones de la piel, es importante notar que el aceite de ciprés (Cypress) nunca se debe ingerir.

## Beneficios principales:

- Promueve sentimientos de energía y vitalidad
- Mejora la apariencia de la piel, particularmente para situaciones de piel grasosa
- Ejerce sobre las emociones un efecto estimulante pero estabilizador, por lo que es útil para manejar el estado de ánimo

## Usos:

- Antes de una carrera larga, aplícate Cypress (ciprés) en los pies y piernas para aumentar tu energía.
- Aplícate dos o tres gotas en el pecho antes de hacer jardinería para promover tu vitalidad.
- Difunde tres gotas de Cypress (ciprés) con tres gotas de Lime (lima) y disfruta del vigorizante aroma.
- Combina 1/2 taza de sales de Epsom y una gota de Cypress (ciprés) en un baño caliente para relajarte después de un día estresante.
- Aplica Cypress (ciprés) para reducir la aparición de manchas y mejorar la apariencia de piel grasosa.

Ⓐ | Ⓓ | Ⓟ





## Douglas Fir (abeto de Douglas)

Extraído de las ramas y hojas del árbol de abeto de Douglas, este aceite esencial ofrece muchos beneficios que pueden ayudar a la respiración, el estado de ánimo y la apariencia de la piel.

### Beneficios principales:

- Limpia y purifica la piel
- Promueve el estado de ánimo positivo y el sentido de concentración
- Promueve sentimientos de vías aéreas despejadas y fácil respiración

### Usos:

- Échate una gota en las manos e inhala para calmarte y aumentar tu nivel de energía durante un día estresante.
- Al crear un limpiador todo-propósito, agrega dos gotas para fortalecerlo naturalmente.
- Combina una gota de Douglas Fir (abeto de Douglas) con dos gotas de Wintergreen (gaulteria) para dar un masaje relajante.
- Agrega una gota al gel de baño para darle un vigorizante aroma y mayores beneficios limpiadores.
- Difunde Douglas Fir (abeto de Douglas) con Grapefruit (pomelo) al estudiar para promover el sentido de concentración.





## Eucalyptus (eucalipto)

dōTERRA® Eucalyptus (eucalipto) proviene de un árbol perenne que crece hasta 50 pies de altura. La estructura química del aceite de Eucalyptus (eucalipto) lo hace ideal para promover sentimientos de respiración despejada y para dar masajes relajantes.

### **Beneficios principales:**

- Promueve sentimientos de relajamiento
- Promueve la salud oral y refresca el aliento
- Apoya sentimientos de vías aéreas despejadas y fácil respiración

### **Usos:**

- Agrega una gota al humectante y aplícalo en la piel para disfrutar de sus beneficios revitalizadores.
- Echa tres gotas de Eucalyptus (eucalipto) en el piso de la ducha para vigorizar los sentidos.
- Difunde Eucalyptus (eucalipto) para disfrutar de sus propiedades purificadoras y disipar malos olores.
- Durante la menstruación, date masajes con Eucalyptus (eucalipto) en la parte baja del abdomen para disfrutar de su efecto calmante.
- Durante los meses de invierno, difunde Eucalyptus (eucalipto) para promover sentimientos de respiración despejada.

# Fennel (hinojo)

El aceite de hinojo (Fennel) posee un singular aroma y sabor a regaliz, y puede ser usado para dar sabor a postres o enriquecer el aire con su dulce olor. También puede ingerirse para obtener una variedad de potentes beneficios de salud.\*

## Beneficios principales:

- Ayuda a apoyar la salud circulatoria\*
- Apoya la salud del sistema respiratorio\*
- Promueve la salud digestiva y del metabolismo\*

## Usos:

- Ingiera dos gotas para promover la salud celular.\*
- Difunde Fennel (hinojo) en tu hogar u oficina para propiciar un día productivo.
- Aplica una o dos gotas tópicamente y disfruta de su efecto calmante y relajante.
- Toma una gota de Fennel (hinojo) con agua o té para ayudar a combatir los antojos de dulces.\*
- Ingiera una gota para aliviar el malestar mensual durante la menstruación.\*

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓢ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



### Frankincense Touch

(incienso mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de Frankincense (incienso) en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

Ⓐ | Ⓓ | Ⓟ

## Frankincense (incienso)

Debido a su composición química, el aceite de incienso (Frankincense) posee propiedades renovadoras considerables que le dan una amplia variedad de usos. Por siglos, el aceite de incienso ha sido usado por sus características calmantes y embellecedoras –particularmente para rejuvenecer la piel y promover sentimientos de relajamiento.

### Beneficios principales:

- Ayuda a mantener la salud de la función celular\*
- Calma la piel mientras reduce la apariencia de imperfecciones
- Puede ayudar a promover los sentimientos de tranquilidad, relajamiento y satisfacción propios del bienestar general

### Usos:

- Ingiere una gota para apoyar la salud de las funciones inmunitaria y digestiva.\*
- Agrega dos gotas al humectante para ayudar a reducir la apariencia de manchas y rejuvenecer la piel.
- Difunde Frankincense (incienso) para alentar sentimientos de paz, satisfacción y bienestar general.
- Masajea Frankincense (incienso) en las manos y los pies para disfrutar de su efecto calentador y calmante después de actividades extenuantes.
- Aplica Frankincense (incienso) en las cutículas y en las lúnulas para mantener uñas de apariencia saludable en las manos y en los pies.

Ⓐ | Ⓓ | Ⓟ

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Geranium (geranio)

Usado por mucho tiempo por sus propiedades embellecedoras, el aceite esencial de geranio (Geranium) es extremadamente beneficioso para mejorar la apariencia del cabello y la piel. También se lo ha conocido porque ayuda a reducir sentimientos de estrés y calma los nervios.

## Beneficios principales:

- Contribuye a tener el cabello vibrante y saludable
- Es conocido por repeler insectos naturalmente
- Ayuda a promover la salud y claridad de la piel

## Usos:

- Aplica Geranium (geranio) en la piel después de ducharte y disfruta de su efecto suavizante.
- Ingiere una o dos gotas para apoyar la salud del tracto urinario.\*
- Antes de pasar tiempo al aire libre, aplícatelo tópicamente para repeler insectos naturalmente.
- Aplícalo directamente en la piel o disfruta de un facial aromaterapéutico a vapor para embellecer la piel.
- Ingiere dos gotas para apoyar niveles saludables de azúcar sanguíneo que ya se encuentran en el rango normal.\*

(A)(T)(I)(S)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Ginger (jengibre)

El aceite esencial de jengibre (Ginger) dōTERRA proviene del rizoma de la planta de jengibre. Cuando se usa como especia en la cocina, la t rrica naturaleza de Ginger (jengibre) da sabor a las comidas y puede ayudar a apoyar la digestión.\*

## Beneficios principales:

- Apoya la digestión saludable\*
- Ayuda a reducir la náusea ocasional\*
- Ayuda a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional\*

## Usos:

- Difunde Ginger (jengibre) para ayudar a crear una sensación de equilibrio.
- Úsalo t picamente para darte un masaje en la espalda o las piernas.
- Usa una gota en lugar de jengibre integral para endulzar y dar sabor a las recetas.
- Difúndelo o ponte una gota de Ginger (jengibre) en las manos e inhala durante viajes por carreteras serpenteantes.
- Ingiere dos gotas para reducir la náusea, hinchazón, flatulencia e indigestión ocasionales.\*

(A) (T) (I) | (S)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Grapefruit (pomelo)

Similar a otros aceites cítricos, Grapefruit (pomelo) es beneficioso para elevar el estado de ánimo, promover la salud de la piel y limpiar o purificar. Además puede ayudar a apoyar la salud metabólica.\*

### Beneficios principales:

- Contribuye a una piel clara y de apariencia saludable
- Es conocido por apoyar la salud metabólica\*
- Es reconocido por sus potentes propiedades limpiadoras y purificantes

### Usos:

- Difúndelo para disfrutar de un aumento natural en tu nivel de energía y promover tu sentido de concentración.
- Agrégalo al champú para fortalecer sus propiedades limpiadoras y dar brillo a tu cabello.
- Agrégalo a la rutina facial nocturna para mejorar la apariencia de manchas. (Evita la exposición a los rayos UV.)
- Combínalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y masajéalo sobre la piel para disfrutar de su efecto relajante.
- Echa dos gotas en cuatro onzas de agua para promover la salud metabólica.\*



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Green Mandarin (mandarina verde)

Destilada de la fruta sin madurar, Green Mandarin (mandarina verde) es conocida por sus propiedades calmantes y puede apoyar a tener un sistema digestivo saludable.\* Similar a otros aceites cítricos, es conocido por elevar el estado de ánimo y promover piel de apariencia saludable.

## Beneficios principales:

- Apoya la salud de los sistemas nervioso, digestivo y respiratorio\*
- Es conocido por mantener la salud de la función inmunitaria\*
- Eleva el estado de ánimo

## Usos:

- Difúndelo para crear un ambiente positivo y energético
- Agrégalo a la pasta dental para dar a los dientes una apariencia saludable
- Agrégalo a la rutina facial nocturna para mejorar la apariencia de manchas
- Combina cinco gotas con una taza de agua y una taza de vinagre para crear un limpiador natural
- Agrega dos gotas a cuatro onzas de agua para promover la salud de la función y respuesta inmunitarias\*

Ⓐ Ⓣ Ⓛ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Helichrysum (helicriso)

Alabado por sus beneficios rejuvenecedores de la piel, el aceite de helicriso (Helichrysum) promueve un cutis juvenil y radiante mientras ayuda a reducir manchas. El aceite también ha sido usado desde épocas antiguas en prácticas de salud herbal debido a sus muchos beneficios de salud.\*

### Beneficios principales:

- Promueve un cutis claro y juvenil
- Apoya la función celular y la salud celular general\*
- Apoya la salud de la función hepática y las propiedades de limpieza interna del hígado\*

### Usos:

- Difúndelo para ayudar a reducir sentimientos de fatiga mental.
- Úsalo con tu enjuague bucal para ayudar a mantener limpias y saludables las encías, los dientes y la boca.
- Ingiera dos gotas para mantener la salud de la función celular y la salud celular general.\*
- Combínalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y aplícalo para disfrutar de su efecto refrescante después de un día bajo el sol.
- Ingiera dos gotas para apoyar el funcionamiento de los sistemas inmunitario, cardiovascular y nervioso.\*



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Jasmine Touch (jazmín mezcla tópica)

Considerado como el “Rey de las Flores”, el jazmín es alabado por su fragante aroma y habilidad para ayudar a reducir la apariencia de imperfecciones en la piel y promover un cutis lozano y radiante.

### **Beneficios principales:**

- Eleva el estado de ánimo
- Reduce la apariencia de imperfecciones en la piel
- Promueve un cutis de apariencia saludable y radiante

### **Usos:**

- Aplícalo tópicamente sobre imperfecciones de la piel.
- Aplícalo después de ducharte para prepararte para el día.
- Úsalo en masajes para disfrutar de su efecto calmante y relajante.
- Aplícalo en las muñecas y el cuello como una singular fragancia personal.
- Agrégalo a tu rutina del cuidado de la piel para dar lozanía al cutis.



# Juniper Berry (baya de enebro)

Obtenido de la baya de un árbol conífero, el aceite esencial de baya de enebro (Juniper Berry) ofrece beneficios superiores tanto físicos como emocionales, y además puede usarse para limpiar y purificar el aire.

## Beneficios Principales:

- Actúa como un tónico cutáneo natural
- Actúa como agente limpiador y desintoxicante natural\*
- Apoya la salud de los riñones y la función del tracto urinario\*

## Usos:

- Ingiere dos gotas como antioxidante natural.\*
- Difúndelo antes de acostarte y disfruta de su natural efecto calmante y estabilizador.
- Aplica una gota en la piel para promover un cutis claro y saludable.
- Agrega 1 o 2 gotas al agua o té como parte de un régimen de limpieza natural.\*
- Úsalo con tu enjuague bucal para ayudar a mantener limpias y saludables las encías, los dientes y la boca.

(A) (T) (I) | (P)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Lavender (lavanda)

El aroma floral y aireado del aceite esencial de lavanda puede producir beneficios calmantes, tranquilizantes y relajantes. Debido a que brinda al usuario beneficios calmantes para varias áreas del cuerpo y la mente, el aceite de lavanda parece tener aplicaciones ilimitadas.

## Beneficios principales:

- Relaja la piel
- Reduce sentimientos de ansiedad y tensión\*
- Tiene propiedades relajantes que pueden ayudar a promover el sueño tranquilo\*

## Usos:

- Agrégalo al champú para ayudar a mantener el cabello con una apariencia abundante y saludable.
- Aplica una gota en la piel para calmar la irritación ocasional.
- Ingiera dos gotas para relajar y calmar el sistema nervioso.\*
- Difúndelo para aliviar sentimientos de ansiedad y tensión.
- Ingiera dos gotas para reducir sentimientos de ansiedad y promover el sueño reparador.\*

(A) (T) (I) | (P)

## Lavender Touch (lavanda mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de Lavender (lavanda) en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) (T) | (P)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Lemon (limón)

Reconocido por sus habilidades limpiadoras y vigorizantes, el aceite de limón (Lemon) es uno de los más vendidos de dōTERRA debido a su versatilidad. Ya sea usado como agente purificador natural en el cuerpo\* o en el hogar, el aceite esencial de limón (Lemon) brinda beneficios innumerables a cualquier usuario.

### Beneficios principales:

- Apoya la salud de la función respiratoria\*
- Brinda poderosos beneficios limpiadores y digestivos\*
- Tiene propiedades edificantes y vigorizantes que ayudan a mejorar el estado de ánimo

### Usos:

- Ingiera dos gotas para aliviar el malestar respiratorio estacional.\*
- Echa unas gotas de Lemon (limón) en un paño para ayudar a sacar desechos pegajosos y difíciles de las superficies.
- Mezcla aceite esencial de Lemon (limón) y agua en una botella con atomizador para limpiar mesas, mostradores y otras superficies.
- Incorporalo a tu rutina de cuidado de la piel para dar a tu cutis un brillo de frescura y lozanía.
- Echa dos gotas en el agua para darle un sabor refrescante, limpiar el cuerpo naturalmente y ayudar con la digestión.\*



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Lemongrass (citronela)

El aceite esencial de citronela (Lemongrass) promueve la salud digestiva\* y es frecuentemente usado en productos para el cuidado de la piel por sus beneficios purificadores. Lemongrass (citronela) tiene un aroma herbáceo que puede agudizar la percepción y es ideal para terapia de masajes.

## Beneficios principales:

- Purifica y tonifica la piel
- Promueve la digestión saludable\*
- Agudiza la percepción y promueve el positivismo

## Usos:

- Difunde Lemongrass (citronela) en un evento al aire libre para repeler insectos naturalmente.
- Combínalo con Melaleuca (árbol de té) y aplícatelo en las uñas de los pies para mantenerlas limpias y sanas.
- Dilúyelo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y aplícalo después del ejercicio para disfrutar de su efecto refrescante.
- Combínalo con Peppermint (menta) e ingiere la combinación para apoyar la salud de la función gastrointestinal.\*
- Combínalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y aplícalo en los músculos y articulaciones para darte un masaje relajante.

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓢ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Lime (lima)

Con beneficios purificadores naturales y un aroma equilibrador y energizante, el aceite esencial de lima (Lime) puede limpiar y edificar si se usa aromática, tópica o internamente.\*

## Beneficios principales:

- Ayuda a limpiar y purificar la piel
- Promueve el equilibrio emocional y una sensación de bienestar
- Provee beneficios de limpieza interna y apoya la salud de la función inmunitaria\*

## Usos:

- Difunde Lime (lima) para limpiar el aire y elevar el estado de ánimo.
- Ingiera dos gotas para apoyar el control de peso saludable.\*
- Agrega una gota de Lime (lima) al agua que bebes para mejorar su sabor y obtener apoyo antioxidante.\*
- Ingiera tres gotas para apoyar la salud de las funciones respiratoria y cardiovascular.\*
- Echa unas gotas de Lime (lima) en una bola de algodón para ayudar a retirar manchas de grasa y residuos de pegatinas.

(A)(T)(I)(S)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Magnolia Touch (mezcla tópica)

A diferencia de su prima americana la flor de magnolia china tiene pétalos fuertes que son destilados por arrastre de vapor para crear el aceite de magnolia. La magnolia es particularmente conocida por sus beneficios para la piel y por su relajante aroma.

## Beneficios principales:

- Puede ayudar a reducir sentimientos de ansiedad\*
- Promueve un estado de ánimo positivo mientras promueve el relajamiento\*
- Calma la piel mientras apoya un cutis limpio y saludable\*

## Usos:

- Aplícalo tópicamente para calmar la piel.
- Inhala su calmante aroma durante situaciones difíciles.
- Aplícalo en la nuca cuando experimentes sentimientos de ansiedad.
- Combina Magnolia y Neroli (flor de naranjo) para disfrutar de un masaje aromático relajante.
- Incorporalo a tu rutina de belleza para desarrollar un cutis limpio y lozano.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Marjoram (mejorana)

Valorado por su naturaleza calmante y efecto positivo en los sistemas del cuerpo, el aceite de mejorana (Marjoram) es particularmente beneficioso para apoyar la salud de los sistemas nervioso, inmunitario y cardiovascular.\*

### Beneficios principales:

- Apoya la salud del sistema inmunitario\*
- Puede tener un efecto positivo en el sistema nervioso\*
- Puede ayudar a promover la salud del sistema cardiovascular\*

### Usos:

- Aplícate Marjoram (mejorana) en los pies antes de acostarte.
- Difúndelo para ayudar a calmar las emociones durante momentos de estrés.
- Ingiere dos gotas para apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Ingiere dos gotas para promover la salud de la función cardiovascular.\*
- Aplícalo en los músculos antes y después del ejercicio para experimentar su relajante alivio.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

## Melaleuca Touch (árbol de té mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de Melaleuca Touch (árbol de té mezcla tópica) en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) | (T) | (P)

# Melaleuca (árbol de té)

Por sus propiedades limpiadoras y edificantes, el aceite de árbol de té brinda muchos beneficios si se usa tópica, aromática o internamente. El aroma del árbol de té es fresco, natural y edificante, mientras que el aceite mismo puede usarse a diario por sus propiedades limpiadoras y rejuvenecedoras de la piel.

### Beneficios principales:

- Apoya la salud del sistema inmunitario\*
- Brinda beneficios fortalecedores y rejuvenecedores del cabello, la piel y las uñas
- Posee propiedades limpiadoras que protegen contra amenazas medioambientales y estacional

### Usos:

- Difúndelo para ayudar a purificar y refrescar el aire.
- Ingiere dos gotas para apoyar la salud gastrointestinal.\*
- Después de hacer ejercicio, aplica Melaleuca (árbol de té) para aliviar músculos doloridos.
- Combina cinco gotas de Melaleuca (árbol de té) con agua en una botella con atomizador y usa la mezcla para limpiar superficies en tu hogar.
- Combina Melaleuca (árbol de té) con Cedarwood (madera de cedro) y aplícalo en la cara después de afeitarte para un efecto vigorizante.

(A) | (T) | (I) | (P)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Melissa (toronjil)

Un producto raro que es difícil de obtener y producir, el aceite de toronjil posee una variedad de beneficios de salud y es conocido por afectar positivamente el estado de ánimo y calmar los nervios o los sentimientos de tensión.

## Beneficios principales:

- Promueve el relajamiento y puede ayudar a crear un ambiente tranquilo para dormir
- Calma los sentimientos de tensión o nerviosismo y promueve el bienestar emocional
- Brinda beneficios de salud considerables y puede ayudar a apoyar la salud del sistema inmunitario\*

## Usos:

- Agrega Melissa (toronjil) a tu humectante para rejuvenecer la piel.
- Difúndelo para crear un ambiente relajante que propicie el sueño nocturno reparador.
- Combina unas gotas de Melissa (toronjil) con agua en una botella con atomizador y usa la mezcla para limpiar superficies en tu hogar.
- Ingiere dos gotas para apoyar niveles saludables de colesterol que ya se encuentran en el rango normal.\*
- Ingiere una o dos gotas para apoyar la salud digestiva, hepática y cognitiva.\*

Ⓐ Ⓣ Ⓛ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Myrrh (mirra)

La mirra ofrece potentes beneficios de salud interna y externa. Además de brindar considerables beneficios de limpieza, este aceite tiene características calmantes que son útiles para promover una piel lozana y equilibrar las emociones.

## Beneficios principales:

- Ayuda a promover el equilibrio emocional y sentimientos de bienestar
- Ofrece beneficios limpiadores, particularmente para la garganta y la boca
- Relaja la piel mientras contribuye a un cutis claro y de apariencia juvenil

## Usos:

- Difúndelo para ayudarte a promover la perecatación y elevar tu estado de ánimo.
- Ingiera dos gotas para apoyar la salud de las funciones celular, respiratoria e inmunitaria.\*
- Ingiera una o dos gotas para ayudarte a relajar el sistema musculoesquelético y aliviar la tensión.\*
- Combina dos gotas de Myrrh (mirra), 1/4 de taza de agua y miel en una taza y bebe para ayudar a aliviar el estómago.\*
- Agrega una o dos gotas a tu humectante para ayudar a reducir la apariencia de arrugas y líneas de expresión.

Ⓐ | Ⓓ | Ⓜ | Ⓟ

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



# Neroli Touch

## (flor de naranjo mezcla tópica)

El aceite esencial de Neroli (flor de naranjo) se extrae de las flores del árbol de naranja agria. El aroma del aceite esencial de Neroli (flor de naranjo) ha sido conocido por apoyar el relajamiento, elevar el estado de ánimo, reducir sentimientos de ansiedad y promover el bienestar general.

### Beneficios principales:

- Puede ayudar a reducir sentimientos de ansiedad
- Promueve un estado de ánimo positivo mientras fomenta el relajamiento
- Relaja la piel mientras contribuye a un cutis de apariencia juvenil

### Usos:

- Aplícalo tópicamente para calmar la piel
- Inhala su calmante aroma durante situaciones difíciles
- Aplícalo en la nuca cuando experimentes sentimientos de ansiedad
- Aplícalo en la nuca cuando experimentes sentimientos de ansiedad
- Incorporalo a tu rutina de belleza para contribuir a un cutis de apariencia juvenil

Ⓐ | Ⓓ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Oregano (orégano)

El orégano ha sido usado por mucho tiempo en prácticas de salud tradicionales por su habilidad para fortalecer el sistema inmunitario, limpiar y purificar, y ofrecer potentes antioxidantes.\*

## Beneficios principales:

- Provee al cuerpo poderosos antioxidantes\*
- Posee considerables propiedades de fortalecimiento inmunitario\*
- Puede apoyar la salud de las funciones digestiva y respiratoria\*

## Usos:

- Ingiera dos gotas para relajar el sistema musculoesquelético y aliviar la tensión.\*
- Aplícalo tópicamente en la piel para ayudar a reducir la aparición de manchas.
- Agrega 10 gotas a una botella aerosol llena de agua para crear un rocío limpia-mostradores.
- Reemplaza una cucharada de orégano seco con una gota de aceite de Oregano (orégano) en platos italianos.
- Ingiera dos gotas para apoyar el sistema nervioso y la función cardiovascular.\*

Ⓐ Ⓓ | Ⓘ Ⓓ

## Oregano Touch (orégano mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios del orégano (Oregano) en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

Ⓐ Ⓓ | Ⓘ

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Patchouli (pachulí)

Reconocido por su intenso aroma almizcleño y dulce, el aceite de Patchouli (pachulí) ofrece beneficios considerables para la piel y además tiene un efecto equilibrador y estabilizador sobre las emociones.

### Beneficios principales::

- Ayuda a equilibrar las emociones
- Promueve un cutis radiante y terso
- Ayuda a reducir imperfecciones, manchas y la aparición de arrugas de la piel

### Usos:

- Difúndelo para disfrutar de su efecto estabilizador y equilibrar las emociones.
- Agrégalo al humectante diario para ayudar a reducir la apariencia de manchas.
- Mézclalo con otros aceites esenciales para crear un perfume o colonia de aroma dulce.
- Combínalo con partes iguales de aceite de Peppermint (menta) y aplícalo en la frente, las sienes o la nuca después de un largo día de trabajo.
- Combina 1/2 cucharadita de bicarbonato, dos cucharadas de agua, dos gotas de aceite de Peppermint (menta) y una gota de aceite de Patchouli (pachulí) para crear un enjuague bucal.



*\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.*

# Peppermint (menta)

Constantemente destacado como uno de los supervendidos de dōTERRA, Peppermint (menta) ofrece una variedad de beneficios: alivia el malestar estomacal ocasional, despeja las vías respiratorias y refresca el aliento\*. Siempre es útil tener a la mano el aceite esencial de Peppermint (menta).

## Beneficios principales:

- Vigoriza y agudiza los sentidos
- Promueve la salud de la función respiratoria y despeja las vías aéreas\*
- Alivia el malestar estomacal ocasional y promueve la salud digestiva\*

## Usos:

- Masajéalo en el cuello y los hombros para aliviar sentimientos de tensión.
- Agrégalo a una compresa de agua fría o a un baño de pies para enfriarte cuando tengas calor.
- Difunde cinco gotas de Peppermint (menta) cuando te sientas fatigado o falta de energía.
- Ingiere dos gotas para aliviar el malestar estomacal ocasional y promover la salud digestiva.\*
- Echa Peppermint (menta) en una botella con atomizador y rocíalo sobre puertas y ventanas para repeler insectos naturalmente..

(A)(T)(I)|(S)



## Peppermint Touch (menta mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de Peppermint (menta) en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A)(T)|(P)

## Peppermint Beadlets (menta en perlas)

Estas suaves perlas vegetarianas brindan todos los beneficios del aceite esencial de menta (Peppermint) y refrescan el aliento.

(I)

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Petitgrain (granito francés)

Un singular aceite derivado del árbol de naranja agria, el granito francés es útil para limpiar y puede apoyar la salud del sistema nervioso y la función inmunitaria, entre otros beneficios de salud interna.\*

## Beneficios principales:

- Puede brindar apoyo antioxidante\*
- Puede ayudar a promover el sueño reparador\*
- Puede apoyar la salud de los sistemas inmunitario, nervioso y cardiovascular\*

## Usos:

- Combina Petitgrain (granito francés) con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar un masaje
- Ingiere dos gotas para ayudar a apoyar la salud de la función digestiva.\*
- Dilúyelo y aplícalo en la piel para ayudar a reducir la apariencia de imperfecciones cutáneas.
- Echa una gota en un vaso de agua para disfrutar de sus beneficios internos y su refrescante sabor.
- Ingiere una gota para ayudar a calmar el sistema nervioso y promover el sueño reparador.\*

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓢ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Pink Pepper (pimienta rosa)

Conocida por su habilidad para ayudar a apoyar la salud de los sistemas metabólico e inmunitario la pimienta rosa era algo sagrado para los antiguos incas. La pimienta rosa, aunque es similar en apariencia a la pimienta negra (menos en el color), es pariente más cercana del anacardo.

## Beneficios principales:

- Apoya la salud de los sistemas nervioso, digestivo y respiratorio\*
- Puede ayudar a promover sentimientos de lucidez
- Relaja el sistema nervioso\*

## Usos:

- Combina dos gotas con aceite de coco fraccionado (dōTERRA Fractionated Coconut Oil) para disfrutar de un masaje relajante
- Echa unas gotas en una cápsula vegetal para ayudar a calmar y relajar el sistema nervioso\*
- Inhálalo o difúndelo para promover sentimientos de lucidez
- Mézclalo con aceites cítricos o florales para crear un aroma vigorizante
- Echa dos gotas en un vaso de agua para ayudar a apoyar la función inmunitaria



*\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.*

# Roman Chamomile

## (manzanilla romana)

Aunque comúnmente es usado para dar sabor al té, el aceite de manzanilla romana tiene un efecto calmante que puede beneficiar la piel, la mente y el cuerpo.\*

### Beneficios principales:

- Puede ayudar a apoyar la salud del sistema inmunitario\*
- Contribuye a la apariencia juvenil de la piel y a la apariencia saludable del cabello
- Produce un dulce aroma floral que calma la mente

### Usos:

- Aplícalo en el pecho para alentar sentimientos de bienestar.
- Difúndelo o aplícalo en las plantas de los pies antes de acostarte.
- Ingiera dos gotas para ayudar a relajar los sistemas del cuerpo.\*
- Combina una o dos gotas de Roman Chamomile (manzanilla romana) al humectante para darle un efecto suavizante.
- Difúndelo para calmar la ira e irritabilidad cuando te sientas agitado o en una situación contenciosa.

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Rose Touch (rosa mezcla tópica)

El trabajoso y delicado proceso de cosechar y destilar pétalos de rosa produce un aroma dulce renombrado en las industrias de la perfumería y los aceites esenciales. Rose Touch (rosa mezcla tópica) puede promover un tono cutáneo saludable y terso, y puede usarse como fragancia romántica personal.

### **Beneficios principales:**

- Eleva emocionalmente
- Ayuda a equilibrar los niveles de humedad en la piel
- Reduce la apariencia de imperfecciones en la piel

### **Usos:**

- Aplícalo en el cuello y las muñecas como fragancia personal.
- Úsalo para dar masajes y disfruta de una experiencia elevadora y enriquecedora.
- Aplícalo en el cuello y en las plantas de los pies para elevar tu estado emocional.
- Agrégalo a tu rutina nocturna de cuidado de la piel para ayudar a equilibrar los niveles de humedad del cutis.
- Aplícalo en áreas de preocupación dos veces al día para reducir la apariencia de imperfecciones de la piel.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Rosemary (romero)

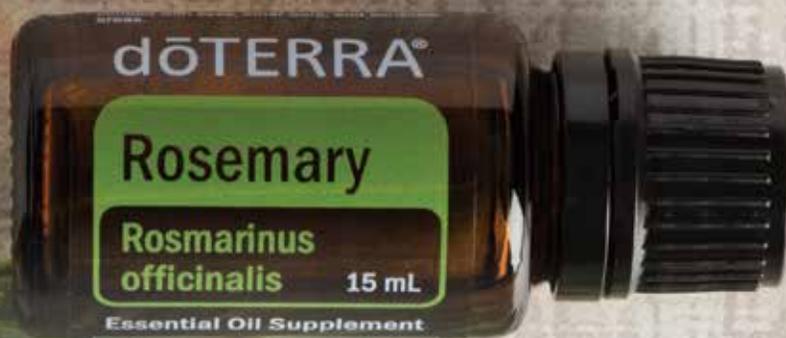
Usado comúnmente en aromaterapia y en labores culinarias, el romero (Rosemary) también ofrece miles de beneficios para el cuerpo, incluso apoyo a la salud digestiva, al funcionamiento de órganos internos y a la reducción de la tensión o fatiga.\*

## Beneficios principales:

- Añade un delicioso sabor herbáceo a las carnes y platos de especialidad
- Puede ayudar a reducir la fatiga ocasional y los sentimientos de tensión nerviosa\*
- Apoya la salud de las funciones digestiva, respiratoria y de los órganos internos

## Usos:

- Difúndelo para repeler insectos naturalmente.
- Difúndelo al estudiar para ayudarte a mantener la concentración.
- Úsalo para dar masaje en el cuero cabelludo a fin de contribuir a tener cabello abundante.
- Combina Rosemary (romero), Frankincense (incienso) y sales de Epsom, y disfruta de un baño rejuvenecedor.
- Combina Rosemary (romero) y Lavender (lavanda) en una cápsula vegetal e ingerirlo para ayudar a reducir el estrés.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Hawaiian Sandalwood/ Sandalwood (sándalo hawaiano)

El aceite esencial de sándalo hawaiano es estimado por sus muchas propiedades benéficas para la piel y por su habilidad para promover el bienestar emocional disipando sentimientos de tensión.

## Beneficios principales:

- Contribuye a una piel lozana y tersa
- Reduce la apariencia de imperfecciones en la piel
- Es usado frecuentemente en la meditación por sus propiedades estabilizadoras y edificantes

## Usos:

- Aplica dos gotas al cabello mojado para ayudar a restaurar su humedad y brillo.
- Agrega dos gotas a un baño caliente para promover la relajación y reducir el estrés.
- Inhala Sandalwood (sándalo) directamente de las palmas o difúndelo para reducir la tensión y equilibrar las emociones.
- Aplica dos gotas a un facial a vapor para ayudar a tu piel a sentirse nutrida y rejuvenecida.
- Echa dos gotas en el ventilador del aire acondicionado de tu automóvil para mantenerte calmado y despierto al manejar.





## Siberian Fir (abeto siberiano)

Con un aroma que recuerda árboles de Navidad y arboledas tranquilas, el aceite de abeto siberiano (Siberian Fir) por mucho tiempo ha sido reconocido por producir sentimientos reconfortantes y estabilizadores, y por estimular los sentidos.

### Beneficios principales:

- Produce un efecto reconfortante y calmante
- Crea sentimientos de empoderamiento, energía y estabilidad
- Ayuda al cuerpo a relajarse mientras estimula los sentidos

### Usos:

- Aplícalo tópicamente para aliviar irritaciones menores de la piel.
- Combinalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar un masaje vigorizante.
- Difúndelo para reducir el estrés al trabajar bajo circunstancias difíciles.
- Después de actividades físicas vigorosas, frótatelo en la piel para disfrutar de su reconfortante alivio.
- Echa una o dos gotas en el piso de la ducha para ayudar a evocar sentimientos de empoderamiento y energía.

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓟ

# Spearmint (hierbabuena)

Bien conocido por su sabor dulce y mentolado, el aceite de hierbabuena se usa frecuentemente para cocinar, pero también puede aplicarse tópicamente o usarse aromáticamente para obtener una variedad de potentes beneficios. El aceite esencial de hierbabuena es una alternativa más suave que otros aceites de menta.

## Beneficios principales:

- Limpia la boca y contribuye al buen aliento
- Promueve el sentido de concentración y eleva el estado de ánimo
- Promueve la digestión y ayuda a reducir el malestar estomacal ocasional\*

## Usos:

- Difúndelo para repeler insectos naturalmente.
- Frótalo en la nuca durante momentos de estrés y tensión.
- Agrega tres o cuatro gotas a la ducha y disfruta de su efecto refrescante y edificante.
- Agrega una gota de Spearmint (hierbabuena) a postres, bebidas, ensaladas o entrantes.
- Ingiere dos gotas para promover la digestión y aliviar el malestar estomacal ocasional.\*

Ⓐ Ⓓ Ⓘ Ⓢ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Spikenard (nardo)

Usado históricamente para relajar y elevar el estado de ánimo, el aceite esencial de nardo (Spikenard) promueve sentimientos de calma y puede purificar la piel.

## Beneficios principales:

- Promueve sentimientos de calma, estabilidad y relajamiento
- Purifica la piel y promueve un brillo limpio y saludable
- Produce un aroma edificante que puede ayudar a elevar el estado de ánimo

## Usos:

- Aplícatelo en las uñas de los pies para mantenerlas limpias y sanas.
- Agrega Spikenard (nardo) al agua caliente para lavarte los pies.
- Combina una gota de Spikenard (nardo) con humectante para dar tersura y suavidad a la piel.
- Úsalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar masaje en el abdomen para promover la vitalidad.
- Agrega una gota al champú para lavar el cabello y el cuero cabelludo y promover su apariencia saludable.

Ⓐ | Ⓓ | Ⓟ



# Tangerine (tangerina)

El aceite de Tangerine (tangerina) tiene un largo historial de usos en las prácticas de salud herbarias y es conocido por apoyar la salud digestiva y metabólica.\* El agridulce aroma de Tangerine (tangerina) ayuda a aliviar sentimientos de ansiedad y a controlar el estrés.

## Beneficios principales:

- Limpia y purifica
- Apoya la salud del sistema inmunitario\*
- Apoya la salud digestiva y metabólica\*

## Usos:

- Difúndelo para ayudar a purificar y refrescar el aire.
- Úsalo en un rociador multiusos para limpiar y purificar superficies.
- Agrégalo al agua o té para apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Aplícalo tópicamente en las muñecas y el cuello y disfruta de su aroma edificante y vigorizante.
- Ingiere dos gotas para apoyar la salud digestiva y metabólica.\*

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Thyme (tomillo)

Este potente, cálido y herbáceo aceite esencial ofrece beneficios limpiadores que son particularmente útiles para purificar la piel, y una composición química que apoya la salud del sistema inmunitario.\*

## Beneficios principales:

- Ayuda a promover la salud del sistema inmunitario\*
- Tiene efectos limpiadores y purificadores en la piel
- Limpia el tracto gastrointestinal y el sistema digestivo\*

## Usos:

- Aplícalo tópicamente o difúndelo al aire libre para repeler insectos naturalmente.
- Agrega Thyme (tomillo) a una rutina de higiene bucal para apoyar la salud oral.
- Agrégalo a tu rutina de invierno para apoyar la salud de tu sistema inmunitario.\*
- Da masaje en el abdomen para aliviar los síntomas de menstruación normal en mujeres.
- Ingiérelo para ayudar a apoyar los sistemas cardiovascular, circulatorio y respiratorio.\*

(A)(T)(I)|(D)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Turmeric (cúrcuma)

Sus componentes químicos principales, ar-turmerona y turmerona, ayudan con la absorción de la curcumina, un compuesto principal que se encuentra en la planta y las raíces crudas de la cúrcuma. La cúrcuma brinda varios beneficios internos y externos.

## Beneficios principales:

- Apoya la salud de las funciones nerviosa y celular\*
- Es edificante y estimulante
- Ayuda a apoyar la limpieza y la salud de la piel

## Usos:

- Difúndelo para disfrutar de su dulce y edificante aroma
- Agrega unas gotas a cuatro onzas de agua para ayudar a apoyar las funciones nerviosa y celular
- Echa unas gotas en una cápsula vegetal para apoyar la salud de la función y respuesta inmunitarias\*
- Combínalo con el humectante y utilízalo en tu rutina de cuidado de la piel
- Úsalo con tu rutina para el cuidado de la piel y te ayudará a reducir la apariencia de manchas

Ⓐ Ⓣ ⓘ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



# Vetiver

Extraído de un pasto grueso, el aceite esencial de vetiver es ideal para crear un ambiente tranquilo y es conocido por tener un efecto estabilizador y calmante sobre las emociones. Además de calmar las emociones y promover el sueño reparador, el vetiver también puede ofrecer propiedades de apoyo inmunitario si se ingiere.\*

## Beneficios principales:

- Ayuda a apoyar el sistema inmunitario\*
- Tiene un efecto calmante y estabilizador de las emociones
- Emite un aroma rico y leñoso que promueve un ambiente tranquilo

## Usos:

- Agrega dos gotas a un baño tibio para disfrutar de un relajamiento profundo.
- Difúndelo para promover el relajamiento durante épocas de estrés.
- Aplícalo en las plantas de los pies para ayudarte a promover un sueño nocturno reparador.
- Después de un día de estar de pie, aplícatelo en los pies como parte de un masaje calmante.
- Ingiere una gota de Vetiver y una de Lemon (limón) por sus propiedades de apoyo inmunitario.\*

(A) (T) (I) | (P)

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Wild Orange (naranja silvestre)

Al igual que muchos otros aceites cítricos, el aceite esencial de Wild Orange (naranja silvestre) es bien conocido por sus propiedades limpiadoras y purificadoras. Además, Wild Orange (naranja silvestre) tiene un aroma edificante y refrescante, y ofrece múltiples beneficios de salud.

## Beneficios principales:

- Apoya la función inmunitaria saludable\*
- Contiene potentes antioxidantes para mantener la salud\*
- Brinda beneficios de limpieza si se usa tópica, aromática o internamente

## Usos:

- Difúndelo para ayudar a purificar el aire y disfrutar de su edificante aroma.
- Agrégalo al agua para darle sabor y promover la salud general.\*
- Combina 10 gotas de Wild Orange (naranja silvestre) con agua en una botella con atomizador para limpiar y purificar superficies.
- Ingiera dos gotas en épocas de temperatura baja para apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Echa una gota de Wild Orange (naranja silvestre), Peppermint (menta) y Frankincense (incienso) en las manos e inhala profundamente para disfrutar de su vigorizante aroma.

Ⓐ Ⓙ Ⓜ Ⓟ





## Wintergreen (gaulteria)

Con el componente químico principal de methyl salicylate, el aceite esencial de gaulteria posee propiedades calmantes y renovadoras que pueden aprovecharse aplicándolo en la piel o difundándolo. Beneficios principales:

### Beneficios principales:

- Es edificante y estimulante
- Ayuda a producir una sensación de calidez
- Es frecuentemente usado en chicle, dulces y pastas dentales

### Usos:

- Agrégalo al limpiador facial para reducir la apariencia de manchas.
- Frótalo en el cuello y los hombros para disfrutar de un rápido aumento en la energía y reducir el estrés.
- Agrega una gota de Wintergreen (gaulteria) a un baño tibio para relajarte y aliviar la tensión.
- Échalo en bolas de algodón y ponlas en tu bolsa del gimnasio, basureros u otras áreas donde necesites eliminar malos olores.
- Combina Wintergreen (gaulteria) con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar un masaje cálido y relajante.



# Yarrow|Pom (milenrama)

La milenrama ha sido reconocida por mucho tiempo como una planta protectora y calmante. Conocido por su profundo tinte azul (debido al alto contenido de camazuleno), el aceite de Yarrow (milenrama) es mezclado con aceite seminal de granada.

## Beneficios principales:

- Posee un aroma calmante y edificante
- Apoya la función inmunitaria saludable\*
- Promueve piel saludable y de apariencia limpia y clara

## Usos:

- Difúndelo para disfrutar de su efecto relajante y equilibrar las emociones.
- Agrega unas gotas al aceite de coco fraccionado (dōTERRA Fractionated Coconut Oil) como parte de un masaje calmante.
- Agrégalo al limpiador cutáneo para promover piel de apariencia clara.
- Ingiere dos gotas para apoyar la salud celular y del sistema nervioso.\*
- Agrega unas gotas al agua o al té para obtener apoyo antioxidante y promover la salud de la función inmunitaria.\*

Ⓐ Ⓣ Ⓛ | Ⓟ



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Ylang Ylang

El dulce aceite floral de Ylang Ylang brinda propiedades nutritivas y protectoras para beneficiar la piel y el cabello, mientras eleva el estado de ánimo reduciendo sentimientos de estrés y promoviendo una visión positiva. Beneficios principales:

### Beneficios principales:

- Apoya la salud de la piel y el cabello
- Eleva el estado de ánimo mientras que simultáneamente produce un efecto calmante
- Ayuda a reducir la tensión y el estrés mientras promueve el positivismo

### Usos:

- Difúndelo con Lavender (lavanda) para promover un sueño reparador.
- Ingiera dos gotas para aumentar el apoyo antioxidante en tu cuerpo.\*
- Aplica Ylang Ylang en la nuca para disfrutar de su efecto calmante y edificante..
- Date masaje con Ylang Ylang en el cuero cabelludo para mejorar la apariencia de cabello saludable y brillante.
- Agrega dos gotas a un baño tibio con sales de Epsom para aliviar el estrés y promover el relajamiento.

Ⓐ Ⓙ Ⓛ | Ⓟ

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.





# Mezclas de aceites esenciales

A fin de aprovechar aún más el poder de los aceites esenciales, dōTERRA® ha creado una serie de mezclas patentadas que combinan varios aceites esenciales individuales con otros ingredientes naturales para ayudar al usuario a lograr un efecto específico. Debido a que combinan las mejores características de varios aceites, las mezclas de aceites esenciales dōTERRA son una parte integral de cualquier colección de aceites esenciales.



## AromaTouch® (mezcla para masajes)

Los aceites esenciales han sido usados por mucho tiempo para dar masajes, por lo que dōTERRA ha creado una mezcla patentada para masajes que mejora varias técnicas de masajes con la ayuda de aceites esenciales relajantes y reconfortantes.

### **Beneficios principales:**

- Puede ayudar a reducir la tensión
- Produce efectos reconfortantes y relajantes
- Mejora cualquier experiencia de masaje con su calmante aroma

### **Usos:**

- Difunde AromaTouch para crear un lujoso ambiente de spa.
- Combínalo con sales de Epsom y échalo en el agua de la bañera para relajarte.
- Difúndelo para crear un ambiente de calma al meditar o relajarte.
- Aplícalo en el cuello y los hombros para promover sentimientos de relajamiento y aliviar la tensión.
- Úsalo como parte de la Técnica AromaTouch o la Técnica Manual AromaTouch.



# dōTERRA Balance®

## Grounding Blend (mezcla estabilizadora)

La mezcla dōTERRA Balance es una sutil combinación de aceites esenciales que promueven la armonía, la tranquilidad y una sensación de relajamiento mediante la producción de un efecto estabilizador. Esta mezcla ayuda a equilibrar las emociones y establece un sentimiento de bienestar con su aroma acogedor y tranquilizante. Beneficios principales:

### Beneficios Principales:

- Podría ayudar a aliviar sentimientos de ansiedad o tensión
- Evoca sentimientos de tranquilidad y equilibrio
- Promueve una sensación de relajamiento y armonía

### Usos:

- Aplícalo en el cuello y las muñecas para ayudar a aliviar sentimientos de ansiedad.
- Combínalo con sales de Epsom y échalo en el agua de la bañera para relajarte.
- Difúndelo para crear un ambiente de calma al meditar o practicar yoga.
- Aplícalo en las plantas de los pies para reducir sentimientos de estrés a lo largo del día.
- Aplícalo tópicamente antes de acostarte para promover un descanso reparador y sueños tranquilos.





### **dōTERRA Breathe® Touch (mezcla tópica)**

Disfruta de los beneficios de dōTERRA Breathe® en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) (T) | (P)

## dōTERRA Breathe® Blend (mezcla)

Con un aroma mentolado y fresco, dōTERRA Breathe ha sido especialmente formulado para proveer al usuario una mezcla enfriadora y vigorizante que se conoce por ayudar a minimizar los efectos de las amenazas estacionales, mientras ofrece propiedades calmantes.

### **Beneficios principales:**

- Provee un vapor refrescante y vigorizante
- Minimiza los efectos de las amenazas estacionales
- Promueve sentimientos de vías aéreas despejadas y fácil respiración

### **Usos:**

- Difúndelo o aplícalo directamente en el pecho cuando las amenazas estacionales sean altas.
- Combínalo con sales de Epsom en un baño tibio y disfruta de su efecto relajante.
- Echa tres gotas en el piso de la ducha y disfruta de su aroma vigorizante.
- Úsalo tópicamente antes de actividades al aire libre para protegerte contra los efectos de los cambios de estación.
- Difúndelo para disfrutar de su efecto calmante que promueve el sueño reparador.

(A) (T) | (S)

## dōTERRA Cheer® Touch (mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de dōTERRA Cheer® en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

A | T | P

# dōTERRA Cheer® Uplifting Blend (mezcla edificante)

La edificante mezcla dōTERRA Cheer contiene aceites esenciales cítricos y de especias para brindar un aumento en la alegría y el positivismo que iluminan el día.

### Beneficios principales:

- Promueve sentimientos de optimismo
- Contrarresta emociones negativas
- Crea un aroma alegre al dar masajes

### Usos:

- Difúndelo para promover un ambiente positivo y edificante.
- Aplícalo en el cuello y las muñecas para elevar tu estado de ánimo cuando te sientas decaído.
- Úsalo durante un masaje para contrarrestar emociones negativas y promover la felicidad.
- Échalo en una bola de algodón y ponla en el ventilador del aire acondicionado de tu automóvil para disfrutar de su vigorizante aroma al manejar.
- Aplícalo en las plantas de los pies en la mañana para promover sentimientos de optimismo y alegría.

A | T | S

# Citrus Bliss®

## Invigorating Blend (mezcla vigorizante)

Combinando los grandes beneficios de aceites esenciales cítricos, Citrus Bliss Invigorating Blend (mezcla vigorizante) tiene propiedades energéticas y refrescantes que pueden elevar el estado de ánimo y reducir el estrés.

### Beneficios principales:

- Limpia y purifica el aire
- Ayuda a elevar el estado de ánimo y reduce el estrés
- Crea un aroma alegre al dar masajes

### Usos:

- Aplícalo en las plantas de los pies por la mañana para vigorizarte.
- Echa dos o tres gotas en los paños de secadora para dar a la ropa un aroma refrescante.
- Combínalo con Lavender (lavanda) y Peppermint (menta) y frótate las sienes para promover la concentración.
- Combínalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y úsalo para dar un masaje edificante que reduzca el estrés.
- Combínalo con agua en una botella con atomizador para crear un limpiador de superficies de cocina y baños.

(A) (T) (P)



# ClaryCalm®

## Monthly Blend for Women (mezcla mensual para mujeres)

Diseñado específicamente para mujeres, ClaryCalm trabaja como ayuda aliviadora durante el ciclo menstrual de la mujer y ayuda a equilibrar su estado de ánimo y emociones.

### Beneficios principales:

- Ayuda a equilibrar el estado de ánimo a lo largo del mes
- Ayuda a aliviar y equilibrar las emociones exacerbadas
- Provee un efecto calmante durante el ciclo menstrual de la mujer

### Usos:

- Durante momentos de fogaje, aplícatelo en la piel y disfruta de su efecto refrescante y relajante.
- Difúndelo para crear una atmósfera calmante cuando las emociones sean altas.
- Durante tu ciclo menstrual, aplícatelo en el abdomen para darte un masaje calmante.
- Aplícalo en las plantas de los pies para ayudarte a equilibrar las emociones a lo largo del día.
- Aplícalo en el cuello y las muñecas, y respira profundamente para calmar las emociones alteradas.



# dōTERRA Console®

## Comforting Blend (mezcla reconfortante)

dōTERRA Console Comforting Blend (mezcla reconfortante) usa aceites esenciales florales y arbóreos dulces para promover sentimientos de consuelo, poniéndote en el esperanzado camino de la sanación emocional.

### Beneficios principales:

- Promueve sentimientos de consuelo
- Contrarresta emociones negativas de aflicción
- Crea un aroma reconfortante si se difunde

### Usos:

- Difúndelo para proveer consuelo durante tiempos de tristeza.
- Combínalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y úsalo para dar masajes relajantes.
- Aplícalo en el cuello y las muñecas para promover sentimientos de esperanza cuando te sientas decaído.
- Échalo en una bola de algodón y ponla en el ventilador del aire acondicionado de tu automóvil para disfrutar de su vigorizante aroma al manejar.
- Aplícalo en las plantas de los pies en la mañana para promover sentimientos e consuelo y esperanza.

(A) (T) | (P)

### dōTERRA Console® Touch (mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de dōTERRA Console® en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) (T) | (P)





### dōTERRA Deep Blue® Touch

dōTERRA Deep Blue® Touch (mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de Deep Blue en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) (T) | (P)

## Deep Blue® Soothing Blend (mezcla relajante)

Formulado para relajar y enfriar, dōTERRA Deep Blue es una mezcla enriquecedora de aceites perfectos para dar masajes después de un largo día o una intensa rutina de ejercicios.

### Beneficios principales:

- Ayuda a aliviar la tensión
- Produce efectos relajantes
- Brinda relajamiento calmante a áreas específicas

### dōTERRA Deep Blue® Roll-On

Disfruta los beneficios de Deep Blue en un frasco de 10 mL con roll-on.

(T) | (S)

### Usos:

- Difúndelo para disfrutar de su vigorizante aroma durante el ejercicio.
- Úsalo para dar masaje en la parte baja de la espalda después de un día de levantar objetos pesados.
- Frótatelo en los dedos, las muñecas, los hombros y el cuello después de un largo día de actividades.
- Diluye Deep Blue con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y da masaje en las piernas a niños en crecimiento.
- Aplícalo en los pies y las rodillas antes y después del ejercicio y disfruta de su efecto vigorizante y refrescante.

(T) | (S)

# DigestZen®

## Digestive Blend (mezcla digestiva)

Conocida como la “mezcla domadora de estómagos”, dōTERRA® DigestZen ofrece muchos beneficios de salud digestiva. Las propiedades calmantes de este aceite pueden aliviar los incómodos efectos de la indigestión o el malestar estomacal ocasional.\*

### Beneficios principales:

- Promueve la salud del sistema digestivo\*
- Alivia la indigestión y el mareo ocasionales\*
- Ayuda a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional\*

### Usos:

- Ingiérelolo para aliviar sentimientos de mareo.
- Mantenlo a la mano cuando disfrutes de una comida abundante para promover la digestión.\*
- Úsalo interna o tópicamente antes de un viaje por carretera o vuelo largo y disfruta de su calmante aroma.
- Dilúyelo con Fractionated Coconut Oil (aceite fraccionado de coco) para dar masajes abdominales relajantes.

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓟ

### dōTERRA

#### DigestZen® Touch

Disfruta de los beneficios de DigestZen en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

Ⓐ Ⓓ Ⓘ | Ⓟ

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

## Elevation (mezcla de la alegría)

Esta mezcla de aceites esenciales edificantes es perfecta para revitalizar el estado de ánimo, el aroma y la atmósfera. Cuando necesitas un energizante natural, Elevation es la solución ideal.

### Beneficios principales:

- Posee un aroma energizante y refrescante
- Promueve un ambiente revitalizador
- Eleva el estado de ánimo y aumenta la vitalidad

### Usos:

- Combínalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y úsalo para dar masajes relajantes.
- Antes de una entrevista, difunde Elevation para promover sentimientos de confianza y autoestima.
- Agrega unas gotas a un baño tibio y disfruta de una experiencia relajante y edificante.
- Frótate una gota en las palmas e inhala para ayudarte a reducir sentimientos de estrés.
- Difunde Elevation en la mañana para crear una atmósfera positiva y vigorizante en el hogar.



# dōTERRA Forgive<sup>®</sup> (mezcla renovadora)

El fresco y leñoso aroma de dōTERRA Forgive Renewing Blend (mezcla renovadora) ayuda a contrarrestar emociones de ira y culpabilidad, mientras promueve los liberadores sentimientos de contento, alivio y paciencia.

## Beneficios principales:

- Crea un aroma reconfortante si se difunde
- Contrarresta emociones negativas de enojo y culpabilidad
- Promueve sentimientos de contento, alivio y paciencia

## Usos:

- Difúndelo para promover sentimientos de contento.
- Aplícalo en el cuello y las muñecas para generar sentimientos de paciencia y alivio.
- Échalo en una bola de algodón y ponla en el ventilador del aire acondicionado de tu automóvil para disfrutar de su calmante aroma.
- Aplícalo en las plantas de los pies en la mañana para promover sentimientos de paciencia.
- Úsalo durante un masaje para contrarrestar emociones negativas y promover sentimientos de serenidad.

Ⓐ Ⓓ | Ⓢ



## dōTERRA Forgive<sup>®</sup> Touch

Disfruta de los beneficios de dōTERRA Forgive en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

Ⓐ Ⓓ | Ⓟ



## HD Clear<sup>®</sup> (mezcla tópica)

La mejor mezcla para piel con problemas, HD Clear se hace con aceites esenciales que benefician la piel y ayudan a mantenerla con una apariencia y sensación de tersura, limpieza y salud.

### Beneficios principales:

- Ayuda a reducir erupciones
- Promueve la claridad del cutis
- Ayuda a mantener la piel limpia, clara e hidratada

### Usos:

- Úsalo diariamente para ayudar a reducir erupciones.
- Incorporalo a tu rutina facial para ayudar a mantener la piel limpia y clara.
- Aplícatelo en la cara para crear una superficie limpia y tersa antes de usar humectante.
- Aplica la mezcla HD Clear a áreas afectadas para ayudar a reducir imperfecciones de la piel.
- Úsalo durante los años de adolescencia, por la mañana y por la noche, para mantener la piel limpia.





# dōTERRA Hope® Touch (mezcla tópica)

El cautivador aroma de esta singular mezcla de aceites esenciales es solamente una de las cosas que hacen de dōTERRA Hope Touch (mezcla tópica) algo verdaderamente único. Con cada aplicación de su edificante aroma los usuarios apoyan a expertos en operaciones de extracción y esfuerzos contra el tráfico de niños que se han unido para poner fin a la esclavitud infantil.

## Beneficios principales:

- Posee un aroma energizante y refrescante
- Eleva el estado de ánimo si se aplica tópicamente
- Provee una singular fragancia personal

## Usos:

- Aplícalo en el cuello y disfruta de su refrescante aroma.
- Aplícalo en las muñecas como tu propia fragancia personalizada.
- Úsalo para dar masajes vigorizantes y edificantes.
- Mantenlo en tu bolsa y aplícalo durante el día para elevar tu estado de ánimo
- Ponlo en paños y échalos en gavetas o roperos para dar a la ropa un aroma fresco. a.





## Immortelle®

### Mezclas de aceites esenciales

Una mezcla patentada de raros aceites esenciales poderosamente renovadores que se han usado a lo largo de la historia por sus beneficios embellecedores, Immortelle Anti-Aging Blend (mezcla antienvjecimiento) es formulada para proteger y nutrir la piel, ayudando a la vez a reducir factores que contribuyen a la apariencia de envejecimiento.

#### Beneficios principales:

- Ayuda a mantener la piel limpia, clara e hidratada
- Ayuda a reducir la apariencia de arrugas y líneas de expresión
- Ayuda a sostener una piel tersa, más radiante y de apariencia juvenil

#### Usos:

- Frótalo en las axilas antes de hacer ejercicio o actividades al aire libre.
- Úsalo para relajar y refrescar la piel después de un día en la playa o la piscina.
- Úsalo tópicamente para limpiar la piel antes de usar humectante.
- Aplícalo en la nuca y en los lóbulos de las orejas para ayudar a reducir sentimientos de tensión.
- Úsalo como parte de una rutina para el cuidado y antienvjecimiento de la piel que te ayudará a promover un cutis radiante.

# InTune®

## Focus Blend (mezcla para la concentración)

La mezcla perfecta para momentos de estudio o concentración, InTune contiene aceites esenciales que promueven una sensación de calma y claridad.

### Beneficios principales:

- Promueve una sensación de claridad
- Mejora y sostiene una sensación de concentración
- Apoya esfuerzos para prestar atención y mantenerse enfocado

### Usos:

- Úsalo tópicamente en las muñecas para promover una sensación de enfoque durante el día de trabajo.
- Difúndelo durante horas de estudio o en el aula de clase para ayudar a los estudiantes a mantenerse
- Aplícalo en las plantas de los pies de los niños para alentar el enfoque y la habilidad de mantenerse haciendo sus tareas.
- Úsalo tópicamente en momentos de baja energía para vigorizarte y obtener la claridad para seguir adelante.
- Aplícalo en las sienes y en la nuca antes de una sesión de estudio que requiera intensa concentración.

(A) (T) | (P)



### dōTERRA Motivate® Touch (mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de dōTERRA Motivate® en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) (T) | (P)

## dōTERRA Motivate® (mezcla motivadora)

Reemplaza emociones negativas como la culpabilidad y el pesimismo con sentimientos de confianza y valor con dōTERRA Motivate® Encouraging Blend, mezcla motivadora a base de aceites esenciales de menta y cítricos.

### Beneficios principales:

- Ayuda a aliviar sentimientos de estrés
- Crea un aroma edificante si se difunde
- Tiene un efecto estabilizador y equilibrador sobre las emociones

### Uses:

- Úsalo al dar masajes para aliviar sentimientos de estrés.
- Difúndelo al trabajar en un proyecto para mantenerte motivado.
- Úsalo tópicamente antes de un evento deportivo u otras competencias.
- Aplícalo en las plantas de los pies en la mañana para promover sentimientos de valor.
- Aplícatelo en el cuello o en el cuello de la camisa para generar sentimientos de confianza antes de una presentación.

(A) (T) | (S)



## dōTERRA On Guard® Touch (mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de dōTERRA On Guard® en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A)(T)(P)

## dōTERRA On Guard® Protective Blend (mezcla protectora)

dōTERRA On Guard Protective Blend (mezcla protectora) provee un medio seguro y natural para proteger y mantener la salud del sistema inmunitario.\* Con un aroma especiado, energizante y edificante, y con una composición química que protege contra amenazas medioambientales, dōTERRA On Guard es una opción inteligente para apoyar la salud de la función inmunitaria.\*

### Beneficios principales:

- Ayuda a apoyar la salud de la función respiratoria\*
- Apoya las defensas antioxidantes naturales del cuerpo\*
- Provee protección contra amenazas medioambientales y estacionales\*

### Usos:

- Ingiere dos gotas para fortalecer rápidamente el sistema inmunitario.\*
- Difúndelo para limpiar el aire y disfruta de su aroma dulce y especiado.
- Crea un limpiador todo-propósito combinándolo con agua en una botella con atomizador.
- Agrega una gota en la lavadora para limpiar mejor la ropa y darle un aroma fresco.
- Dilúyelo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y frótalo en las manos como limpiador natural.

(A)(T)(I)(S)

## dōTERRA On Guard® Beadlet (perlas)

dōTERRA ha creado On Guard Beadlets (perlas) para proveer una manera sencilla y práctica de disfrutar los beneficios fortalecedores inmunitarios de esta mezcla protectora.

(I)

# dōTERRA Passion® Inspiring Blend (mezcla inspiradora)

Cuando se apoderan de ti sentimientos de aburrimiento y desinterés, dōTERRA Passion Inspiring Blend (mezcla inspiradora) te ayudará a recobrar los sentimientos de entusiasmo, pasión y gozo.

## Beneficios principales:

- Crea un aroma alegre
- Genera sentimientos de entusiasmo y pasión
- Contrarresta sentimientos negativos de aburrimiento

## Usos:

- Difúndelo para provocar la creatividad y la claridad
- Úsalo al dar masajes para generar sentimientos de pasión.
- Difúndelo para comenzar el día sintiéndote con energía y entusiasmo.
- Aplícalo en las plantas de los pies en la mañana para contrarrestar sentimientos de aburrimiento.
- Aplícalo en las muñecas y el corazón a lo largo del día para sentirte inspirado y apasionado.

(A) (T) | (S)

## dōTERRA Passion Touch (mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de dōTERRA Passion® en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) (T) | (P)



# PastTense<sup>®</sup> Tension Blend (mezcla para aliviar la tensión)

Una mezcla de aceites esenciales enfriadores y calmantes, PastTense está formulada para calmar tanto la mente como el cuerpo en cualquier momento con la practicidad de uso de una botella roll-on.

## Beneficios principales:

- Ayuda a aliviar sentimientos de estrés
- Promueve sentimientos de relajamiento y calma
- Tiene un efecto estabilizador y equilibrador sobre las emociones

## Usos:

- Aplícalo en la nuca antes de viajar para calmar las emociones.
- Úsalo tópicamente en el trabajo o el hogar para aliviar sentimientos de estrés.
- Póntelo en las plantas de los pies por la mañana para que te ayude a mantenerte concentrado en tus labores.
- Frótalo en los hombros, el cuello y la espalda para disfrutar de una sensación refrescante y calmante.
- Aplícalo en la nuca y las sienes para calmar la mente antes de situaciones estresantes.



# dōTERRA Peace®

## Reassuring Blend (mezcla tranquilizadora)

dōTERRA Peace Reassuring Blend (mezcla tranquilizadora) de aceites esenciales florales y de menta es un recordatorio positivo de que no tienes que ser perfecto para encontrar la paz. Cálmate, respira profundo y reconéctate con tu yo más compuesto y tranquilo.

### Beneficios principales:

- Contrarresta emociones de ansiedad y temor
- Crea un aroma reconfortante si se difunde
- Promueve sentimientos de paz y tranquilidad

### Usos:

- Difúndelo para dar consuelo durante tiempos difíciles.
- Aplícalo en el cuello y las muñecas para promover sentimientos de paz.
- Combínalo con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y úsalo para dar masajes relajantes.
- Échalo en una bola de algodón y ponla en el ventilador del aire acondicionado de tu automóvil para disfrutar de su relajante aroma.
- Aplícalo en las plantas de los pies en la mañana para promover sentimientos de consuelo y aliento.

(A) (T) | (P)

### dōTERRA Peace Touch (mezcla tópica)

Disfruta de los beneficios de dōTERRA Peace® en una base de Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado). Ideal para niños e individuos con piel hipersensible.

(A) (T) | (P)



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## Purify Cleansing Blend (mezcla limpiadora)

Con una combinación de aceites esenciales refrescantes y limpiadores, Purify no tiene paralelo por sus propiedades purificadoras y puede ayudar a erradicar malos olores en toda la casa.

### **Beneficios principales:**

- Posee un refrescante aroma
- Protege contra amenazas medioambientales
- Reemplaza los malos olores y despeja el aire

### **Uses:**

- Difúndelo para quitar malos olores del aire.
- Aplícalo tópicamente para aliviar la irritación causada por la picadura de un insecto.
- Échalo en una bola de algodón y ponla en el ventilador del aire acondicionado de tu automóvil para disfrutar de su refrescante aroma.
- Agrega una gota en la lavadora para limpiar mejor la ropa y darle un aroma fresco.
- Combina 10 gotas con agua en una botella con atomizador y úsala para limpiar mostradores y otras superficies.

# dōTERRA Serenity® Restful Blend (mezcla relajante)

dōTERRA Serenity Restful Blend (mezcla relajante) está diseñada para proveer relajamiento inmediato, usando aceites esenciales conocidos por calmar las emociones, reducir la tensión y promover el sueño reparador.

## Beneficios principales:

- Calma los sentidos
- Alivia sentimientos de tensión
- Crea un entorno apto para el sueño reparador

## Usos:

- Difúndelo por la noche para calmar a un niño inquieto.
- Aplícalo en la nuca para promover sentimientos de calma.
- Difúndelo para ayudar a promover el relajamiento y reducir el estrés.
- Aplícalo en las plantas de los pies a la hora de acostarte para que te ayude a relajarte.
- Combínalo con sales de Epsom en un baño tibio y disfruta de su efecto relajante y renovador.

Ⓐ | Ⓣ | Ⓟ



# Slim & Sassy®

## Metabolic Blend (mezcla metabólica)

Cuando se combina con el ejercicio y la alimentación saludable, Slim & Sassy Metabolic Blend (mezcla metabólica) puede usarse como parte de un programa para el control de peso a fin de estimular el metabolismo, controlar los antojos y mucho más.\*

### Beneficios principales:

- Promueve el metabolismo saludable\*
- Ayuda a controlar los antojos\*
- No contiene diuréticos, estimulantes ni calorías\*

### Usos:

- Agrégalo a cualquier programa de control de peso saludable.
- Consúmelo con agua antes de las comidas para ayudarte a controlar el apetito y el exceso en el comer.\*
- Agrega unas gotas a tu licuado favorito para sentirte lleno por más tiempo.\*
- Frótate el estómago, las caderas y los muslos, y disfruta de su efecto cálido y suave.
- Añádelo al agua o té y bébelo antes de hacer ejercicio para gozar de un aumento de energía.\*



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

## TerraShield® Spray (aerosol)

TerraShield Spray (aerosol) es fácil de usar pues viene en una práctica botella de 30 mL con atomizador.



# TerraShield® outdoor Blend (mezcla protectora al aire libre)

TerraShield combina aceites esenciales conocidos por sus propiedades protectoras al aire libre para crear un aceite natural y eficaz en actividades a la intemperie.

### Beneficios principales:

- Actúa como una eficaz barrera natural
- Provee protección natural en actividades al aire libre
- Protege contra molestias medioambientales

### Usos:

- Difúndelo en el hogar durante los meses de verano.
- Difúndelo en el patio durante reuniones al aire libre.
- Aplícalo directamente en la piel antes de tu siguiente excursión familiar.
- Aplícalo cuando te encuentres al aire libre para crear una barrera natural y eficaz.
- Rocíalo alrededor de puertas y ventanas.



# Whisper<sup>®</sup> Blend for Women (mezcla para mujeres)

Esta mezcla especializada para mujeres emite un aroma suave y almizcleño, y crea una fragancia individualizada cuando se aplica tópicamente.

## Beneficios principales:

- Intriga y tienta los sentidos
- Produce un aroma cálido y almizcleño
- Se combina con la química de cada individuo para crear una fragancia personal

## Usos:

- Difúndelo por la mañana y disfruta de su cálido aroma.
- Aplícalo en las muñecas para crear una fragancia personal que dura todo el día.
- Aplícalo en la joyería de terracota para disfrutar de su duradero aroma que promueve el relajamiento.
- Combínalo con crema sin perfume para humectar la piel y vigorizar los sentidos.
- Aplica una gota en las manos, en las bufandas y otras prendas de vestir y observa como calma tus emociones.

Ⓐ | Ⓓ | Ⓟ





## Zendocrine®

Esta mezcla usa aceites esenciales con propiedades desintoxicantes para apoyar la salud de las funciones limpiadoras y filtradoras de algunos de los órganos mayores del cuerpo.\*

### Beneficios principales:

- Apoya la función hepática saludable\*
- Purifica y desintoxica los sistemas del cuerpo\*
- Apoya la habilidad del cuerpo de eliminar sustancias indeseables\*

### Usos:

- Aplícalo tópicamente en el estómago para dar un masaje calmante.
- Echa tres o cuatro gotas en un difusor para desodorizar el aire de una habitación.
- Agrega una o dos gotas de Zendocrine a bebidas cítricas, té o agua para apoyar la función saludable del hígado.\*
- Ingiere una gota diaria por una semana para iniciar un cambio en tu estilo de vida.\*
- Agrégalo a un programa de limpieza para ayudarte a apoyar la salud de las funciones de limpieza y filtración.

ATIP

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Colección para niños dōTERRA

## Thinker™

### Focus Blend

(mezcla para la concentración)

#### Beneficios principales:

- Ayuda a evitar las distracciones mentales
- Genera una sensación de alerta y concentración
- Reduce sentimientos de estrés mental

#### Usos:

- Mantén Thinker en la mochila de tu hijo; aplícalo en la tarde para mantenerte concentrado en tus tareas.
- Aplícalo en las muñecas o en las manos e inhala profundamente para promover una sensación de claridad y alerta.
- Aplícalo durante tu tiempo de estudio para promover el aprendizaje y apoyar la creatividad.

Ⓐ Ⓣ | Ⓟ

## Stronger™

### Protective Blend (mezcla protectora)

#### Beneficios principales:

- Ayuda a promover una piel limpia y de apariencia saludable
- Calma las emociones durante momentos de aflicción
- Promueve sentimientos de bienestar y vitalidad

#### Usos:

- Aplícalo cuando la piel esté en condiciones difíciles para promover su apariencia saludable y bienestar.
- Aplícalo en las manos, las rodillas y los pies después de un largo día de actividades.
- Aplícalo en la nuca cuando las amenazas medioambientales sean altas.

Ⓐ Ⓣ | Ⓟ

## Calmer™

### Restful Blend

(mezcla calmante)

#### Beneficios principales:

- Promueve un estado de ánimo positivo y sin estrés
- Crea una atmósfera tranquila y positiva para dormir
- Genera sentimientos de calma y relajamiento

#### Usos:

- Aplícalo en las muñecas de tu hijo al final del día para ayudar a reducir las preocupaciones.
- Aplícalo en las plantas de los pies de tu hijo cuando sea hora de relajarse para ayudar a crear un ritual positivo al acostarse.
- Aplícatelo en la nuca y el pecho y disfruta de un sueño relajado y tranquilo.

Ⓐ Ⓣ | Ⓟ



# Steady™ Grounding Blend (mezcla estabilizadora)

## Beneficios principales:

- Genera sentimientos de calma
- Te ayuda a enfocar la mente en las cosas más importantes
- Da una sensación de equilibrio a tu estado de ánimo

## Usos:

- Aplícalo en la nuca después de un día ajetreado para estabilizar las emociones.
- Frótalo en las muñecas y manos e inhala profundamente para promover la tranquilidad cuando tengas sentimientos de ansiedad.
- Aplícalo en las plantas de los pies de tu hijo para promover la paz antes de despacharlo a la escuela.

(A) (T) | (P)

# Rescuer™ Soothing Blend (mezcla reconfortante)

## Beneficios principales:

- Ayuda a aliviar sentimientos de tensión
- Calma y relaja la piel
- Apoya sentimientos de vitalidad y consuelo

## Usos:

- Aplícalo en las piernas de tu hijo después de actividades extenuantes.
- Aplícalo en la nuca para reducir sentimientos de tensión.
- Da masaje en los hombros, el cuello y la espalda para causar sentimientos reconfortantes.

(A) (T) | (P)



# Brave™ Soothing Blend (mezcla del valor)

## Beneficios principales:

- Apoya un estado de ánimo positivo ya que ayuda a controlar los sentimientos ocasionales de estrés o ansiedad
- Energizante y vigorizante para los sentidos
- Promueve sentimientos de confianza, valor y convicción

## Usos:

- Aplícalo en las muñecas e inhala profundamente para generar sentimientos de valor y confianza.
- Aplícalo en la nuca para fomentar la tranquilidad a lo largo del día.
- Aplícalo en las plantas de los pies para reducir sentimientos de tensión y ansiedad.

(A) (T) | (P)





# PRODUCTOS dōTERRA PARA EL BIENESTAR

dōTERRA ofrece una amplia gama de productos para el bienestar que gozan de la confianza tanto de familias como de profesionales de la salud. A través de la identificación de necesidades y la creación de productos basados en aceites esenciales que procuran solucionar tales necesidades, dōTERRA está ayudando a promover el bienestar y a crear un ambiente natural y atóxico que permite a individuos y familias vivir vidas saludables y vibrantes.

# Productos dōTERRA Breathe®

Venerados por su refrescante aroma, los productos dōTERRA Breathe son diseñados para ayudar al usuario a mantener sentimientos de fácil respiración y vías aéreas despejadas, entre otros beneficios. Cada producto dōTERRA Breathe incluye una variante de la mezcla respiratoria (dōTERRA Breathe Respiratory Blend) y la variedad de esta colección hace fácil para el usuario obtener los beneficios deseados a través de diferentes métodos de aplicación.



# Productos Deep Blue®

Debido a sus singulares beneficios refrescantes, aliviadores y calmantes, los productos de la colección Deep Blue constantemente se colocan entre los supervendidos de dōTERRA. Cada producto de esta línea usa la mezcla calmante (Deep Blue Soothing Blend) para aportar una variedad de beneficios calmantes a varias áreas del cuerpo. Además de sus considerables características reconfortantes, los productos Deep Blue son populares debido al vigorizante aroma mentolado que producen al usarse.





\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Productos dōTERRA On Guard®

Diseñada para proteger y promover un hogar saludable, la colección dōTERRA On Guard usa aceites esenciales con poderosas propiedades limpiadoras para ayudar a purificar tu hogar y brindar a tu familia apoyo inmunitario.\* Desde productos de lavandería e higiene hasta limpiadores de mostradores de cocina, los productos de la colección dōTERRA On Guard son lo suficientemente poderosos para brindar serios beneficios limpiadores; sin embargo, son seguros para toda la familia.



# dōTERRA Lifelong Vitality Pack<sup>®</sup> (paquete vitalidad vitalicia)

Esta poderosa colección de suplementos diarios rápidamente se convirtió en uno de los productos más populares de dōTERRA. Los principales productos del paquete dōTERRA Lifelong Vitality (vitalidad vitalicia) –xEO Mega<sup>®</sup>, Microplex VMz<sup>®</sup> y Alpha CRS+– están diseñados para ayudarte a lograr tus objetivos de mayor vitalidad y bienestar. Con nutrientes esenciales, beneficios metabólicos y potentes antioxidantes, estos suplementos trabajan juntos para promover la energía, la salud y la vitalidad vitalicia.\*



Al igual que cualquier sistema de suplementación exitoso, el paquete dōTERRA Lifelong Vitality (vitalidad vitalicia) está diseñado para usarse junto con hábitos saludables como el ejercicio regular, la alimentación saludable, el descanso apropiado, el manejo del estrés, la no ingestión de toxinas y más. Aunque no podemos controlar factores como la genética o la predisposición a enfermedades, hay muchos factores relacionados con el envejecimiento y el bienestar que sí podemos controlar. El paquete dōTERRA Lifelong Vitality (vitalidad vitalicia) provee el apoyo que necesitas para continuar con una vida saludable mientras te enfrentas a los retos del envejecimiento.

Descubre lo que muchos otros ya han experimentado: aprovecha la ventaja de los beneficios liberadores que produce el uso de los productos del paquete dōTERRA Lifelong Vitality (vitalidad vitalicia).

### **Beneficios principales:\***

- Bienestar general y vitalidad\*
- Protección antioxidante y del ADN\*
- Metabolismo de energía\*
- Salud ósea\*
- Función inmunitaria\*
- Manejo del estrés\*
- Salud cardiovascular\*
- Cabello, piel y uñas saludables\*
- Apoyo a los ojos, el cerebro y el sistema nervioso\*
- Función del hígado y salud digestiva\*
- Salud pulmonar y respiratoria\*
- Suave para el estómago
- No contiene OMG, gluten ni productos lácteos

**xEO Mega**—Combinando aceites esenciales dōTERRA con aceites omega 3 y carotenoides naturales de origen marino y vegetal, este suplemento dietético ofrece importantes nutrientes que promueven la función saludable de muchos de los órganos principales del cuerpo.\*

**Microplex VMz**—Este producto representa una alta norma de suplementos de vitaminas y minerales ya que provee vitaminas y minerales biodisponibles que hacen falta en las dietas modernas.

**Alpha CRS+**—Este complejo de vitalidad celular es formulado con extractos botánicos naturales para apoyar específicamente la salud de la función celular.\*

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



DigestZen

Zendocrin

Detoxification Complex  
Supports healthy organ  
cleansing functions\*

60 Vegetable Capsules  
Dietary Supplement

dōTERRA

DigestZen

TerraZyme

Digestive Enzyme Complex  
Supports healthy digestion  
and metabolic processes\*

50 Vegetable Capsules  
Dietary Supplement

dōTERRA

DigestZen

DigestTab™

Chewable tablets for soothing,  
digestive relief.\*

100 Chewable Tablets  
Dietary Supplement

dōTERRA

# Salud digestiva

A menudo es difícil evitar el malestar estomacal y los trastornos digestivos, pero los aceites esenciales proveen un medio seguro y natural para ayudar a aliviar este tipo de malestares internos ocasionales. Usando mezclas patentadas de aceites esenciales, cada producto de la línea DigestZen® está diseñado para ayudar con una área diferente de malestar gastrointestinal, y además puede brindar al cuerpo otros beneficios.



*\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.*



# Suplementos especializados dōTERRA®

Factores biológicos, medioambientales y fisiológicos contribuyen a la salud de un individuo. Esto significa que cada individuo puede requerir ayuda adicional en un área específica. Por medio de los avances científicos más modernos, dōTERRA ha creado una manera de brindar ese fortalecimiento adicional con suplementos especializados.



*\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.*

# Suplementos dōTERRA® Women (para mujeres)

dōTERRA Women (suplementos para mujeres) es una línea de productos formulados para atender las singulares y cambiantes necesidades de salud de la mujer. Esta línea provee apoyo natural durante las diferentes fases de la vida.



# Suplementos dōTERRA® para niños

Los suplementos dōTERRA para niños apoyan el crecimiento con ácidos grasos omega-3, nutrientes integrales, vitaminas y minerales en una forma agradable y práctica.



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés).  
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.

# Control de peso dōTERRA®

Debido a sus beneficios internos, los aceites esenciales pueden ser una parte útil del control de peso si se combinan con la buena alimentación y el ejercicio. dōTERRA ha creado una serie de productos para el control de peso que usan la suave pero poderosa naturaleza de los aceites esenciales para ayudar con la reducción de peso saludable.\*



\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.





WOTERRA SALON ESSENTIALS

*smoothing  
conditioner*

**COLOR SAFE** Provides immediate conditioning, smoothing, and shine.

WITH A PROPRIETARY

ESSENTIAL OIL BLEND  
and scalp

WOTERRA SALON ESSENTIALS

*protecting  
shampoo*

**COLOR SAFE** Keeps hair looking clean and healthy.

WITH OPTIC ESSENTIAL OILS OF  
WILD ORANGE & LIME

*root to tip  
serum*

WITH A PROPRIETARY  
ESSENTIAL OIL BLEND  
that locks in moisture

30 mL / 1.0 FL OZ

# dōTERRA Salon Essentials® (esenciales de salón)

Las propiedades calmantes y limpiadoras que hacen útiles los aceites esenciales para tantas de nuestras tareas diarias también los hacen útiles para mantener el cabello limpio y con una apariencia saludable. Usando productos para el cabello que han sido infundidos con potentes aceites esenciales, tú puedes promover fácilmente un cabello con apariencia suave y brillante, sin tener que exponerte a los severos ingredientes que típicamente se hallan en los productos regulares para el cuidado del cabello.





# Productos dōTERRA® para el cuidado personal

Dado que no contienen ingredientes dañinos como los que se encuentran en muchos productos de uso regular, los productos dōTERRA ayudan a los usuarios a atender necesidades comunes mientras obtienen una experiencia de cuidado corporal personal mediante el uso de aceites esenciales. Cada producto dōTERRA contiene ingredientes que nutren la piel, facilitando así el logro de las metas del usuario.

# Cuidado de la piel

Puesto que la piel de cada persona es un tanto diferente, dōTERRA® ha diseñado varios productos para el cuidado de la piel que ayudan a los usuarios a atender problemas comunes de la piel mientras promueven un cutis saludable mediante el uso de aceites esenciales.



Cada producto dōTERRA para el cuidado de la piel contiene ingredientes que nutren la piel con la ayuda de aceites esenciales y otros ingredientes naturales, haciendo más fácil para el usuario tener una piel saludable y radiante.



Cuidado de la piel (continuación)







# dōTERRA® SPA

dōTERRA SPA es una línea de productos infundidos con aceites esenciales que te permiten disfrutar en casa de una experiencia de spa aromática. Cada producto ha sido cuidadosamente formulado con ingredientes naturales que dejan tu piel suave, tersa y fresca todo el día.



# Limpieza de 30 días dōTERRA®

El programa de **limpieza de 30 días** de dōTERRA fue creado para ayudar a tu cuerpo a eliminar cargas tóxicas y apoyar el funcionamiento general de los sistemas y órganos del cuerpo. Hay tres fases de 10 días: **Activar, restaurar, renovar.**

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.



## xEO Mega®

Combinando aceites esenciales dōTERRA con aceites omega-3 y carotenoides naturales de origen marino y vegetal, este suplemento dietético ofrece importantes nutrientes que promueven la función saludable de muchos de los órganos principales del cuerpo.\*

- Toma 2 cápsulas blandas con el desayuno y 2 con la cena para un total de 4.



## Microplex VMz®

Este producto representa una alta norma de suplementos de vitaminas y minerales ya que provee vitaminas y minerales biodisponibles que hacen falta en las dietas modernas.

- Toma 2 cápsulas blandas con el desayuno y 2 con la cena para un total de 4.



## Alpha CRS®+

Este complejo de vitalidad celular es formulado con extractos botánicos naturales para apoyar específicamente la salud de la función celular.

- Toma 2 cápsulas blandas con el desayuno y 2 con la cena para un total de 4.



## DigestZen TerraZyme®

Este producto es una mezcla patentada de enzimas integrales activas que apoyan la salud de la digestión y el metabolismo de alimentos procesados y carentes de enzimas.

- Toma 1 cápsula en la mañana, 1 con cada comida y 1 con la cena para un total de 5.



## Zendocrine® Complex (complejo)

Este complejo desintoxicante es una mezcla patentada de extractos de alimentos integrales en un sistema patentado de administración enzimática que apoya la salud de las funciones de limpieza y filtración del hígado, los riñones, el colon, los pulmones y la piel.\*

- Toma 1 cápsula con el desayuno y 1 con la cena para un total de 2.



## Zendocrine® Blend Softgels (mezcla en cápsulas blandas)

Este complejo desintoxicante es una mezcla patentada de extractos de alimentos integrales en un sistema patentado de administración enzimática que apoya la salud de las funciones de limpieza y filtración del hígado, los riñones, el colon, los pulmones y la piel.\*

- Toma 1 cápsula blanda con el desayuno y 1 con la cena para un total de 2.



## GX Assist®

Esta fórmula limpiadora del tracto gastrointestinal es una combinación de aceites esenciales y ácido caprílico que ayuda a apoyar la salud del tracto digestivo creando un ambiente hostil para posibles amenazas.\*

- Toma 1 cápsula blanda con la cena.



## PB Assist®+

Esta fórmula probiótica defensora es una mezcla de fibra prebiótica y seis cepas de microorganismos probióticos que promueven un equilibrio positivo y la proliferación de bacterias benéficas\*

- Toma 3 cápsulas blandas con la cena.



## DDR Prime® Softgels (cápsulas blandas)

Este complejo celular de aceites esenciales en cápsulas blandas es una mezcla patentada de aceites esenciales combinados para apoyar la salud, la función y la renovación celular.\*

- Toma 1 cápsula blanda con el desayuno y 1 con la cena para un total de 2.



## Aceite esencial de limón (Lemon)

Este aceite esencial limpia naturalmente el cuerpo y ayuda con la digestión.\*

- Agrega 2 gotas a 8 onzas de agua 5 veces al día para un total de 10 gotas.

# (1) Activar

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Días 1-30

Días 1-30

Días 1-30

Días 1-30

Días 1-30

Días 1-10

Días 1-30

# (2) Restaurar

11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

Días 11-20

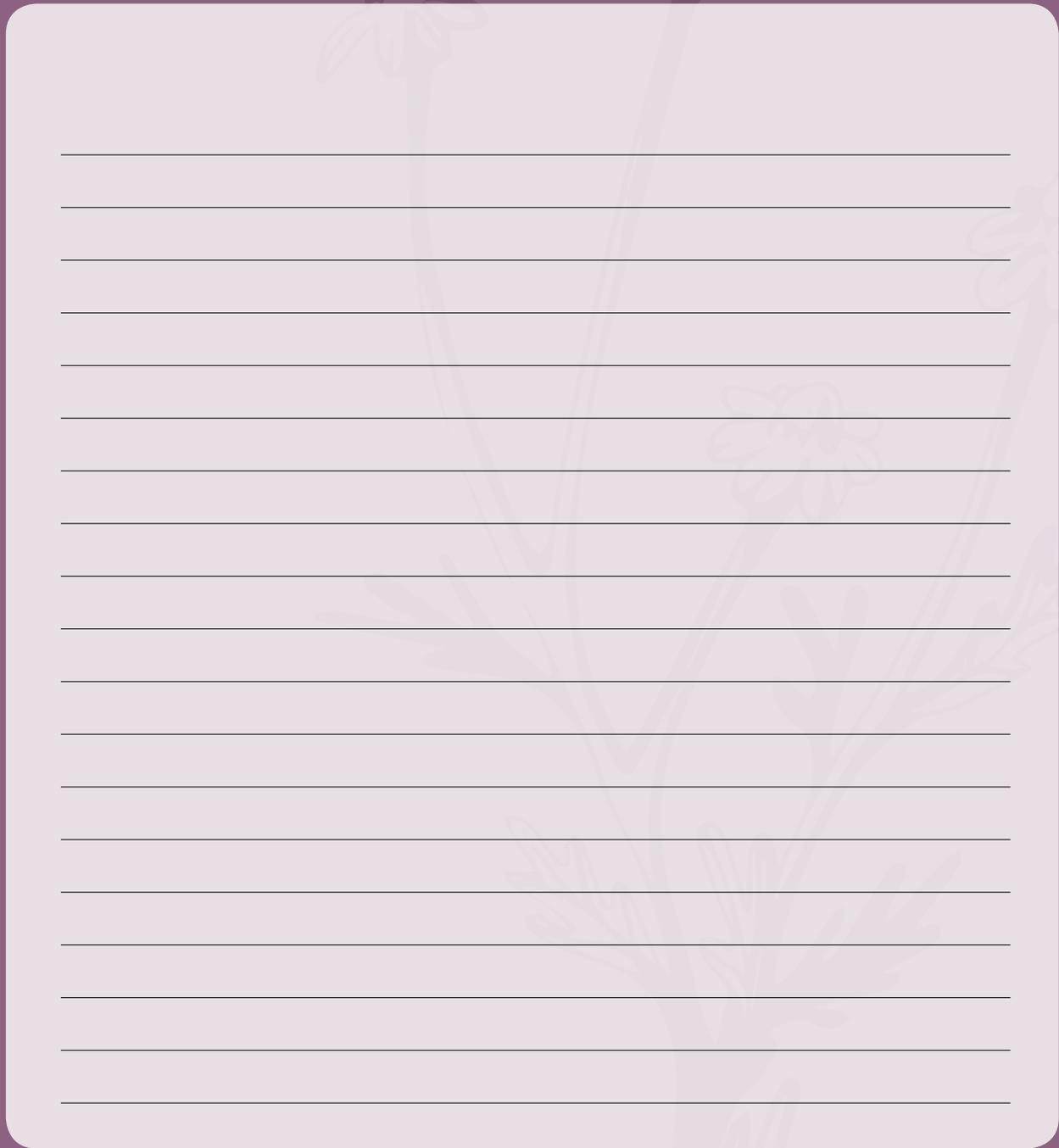
# (3) Renovar

21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

Días 21-30

Días 21-30

A blank sheet of white paper with rounded corners and horizontal ruling lines. The paper is centered on a purple background. There are faint, stylized floral illustrations in the background, including a large flower on the right side and several smaller flowers on the left and bottom. The ruling lines are evenly spaced and extend across the width of the paper.



A blank sheet of white lined paper with rounded corners, set against a dark purple background. The paper features 20 horizontal lines. The background is decorated with a faint, stylized floral pattern in shades of purple and white, including several flowers and stems.

dōTERRA®

© 2017 dōTERRA Holdings, LLC • Pleasant Grove, UT 84062 • 1-800-411-8151 • [doterra.com](http://doterra.com)

Todas las palabras con símbolos de marca comercial o registrada son marcas comerciales o registradas de dōTERRA Holdings, LLC.



v2

60208443