



ESSENTIAL
POWER

— 150 —

SOLUCIONES NATURALES CON dōTERRA

Eleva tu bienestar a un nivel extraordinario
de forma simple, segura y económica.



Essential (esencial): fundamental e innato

Power (poder): capacidad de hacer, según la propia voluntad

Creemos que somos creadores conscientes de nuestras vidas. Creemos que tenemos el poder esencial dentro de nosotros... esta habilidad extremadamente importante de hacer nuestra vida la obra de arte que venimos a crear. Si, ¡tu también!

“Somos una joven familia con tres nacionalidades (Chilena, Italiana, Australiana). Desde que éramos pequeños, la libertad siempre fue nuestra meta más codiciada”.

Dani y Kecco

Líderes Diamante Azul
Fundadores de dōTERRA Chile



Sabemos que más del 95% de las enfermedades o malestares vienen del descuido de nuestros hábitos diarios... ¡Esto significa que tenemos el poder en nuestras manos para mejorar nuestra vida y crear nuestra mejor versión!

Sabemos que para alcanzar una libertad física y emocional, **necesitamos soluciones naturales** a ciertas industrias que nos intoxican a diario, limitando la posibilidad de vivir en nuestro máximo potencial; como farmacéuticas, limpieza del hogar, higiene personal, belleza y saborizantes sintéticos.



PIRÁMIDE DE Bienestar

Nuestro propósito en este mundo es bendecir la vida de cada persona que se nos cruza por delante, mostrándole un ejemplo de vida sana, empoderada, abundante y feliz. Compartiendo los regalos de la tierra que nos brinda dōTERRA estamos llevando a cabo nuestra misión de vida: sanar al mundo.

Llevamos usando los productos dōTERRA por más de 7 años. Desde ese entonces, la manera en la cual vemos nuestra salud cambió, elevándose inmensamente. Nos dimos cuenta que **tu cuerpo solo sabe sanar, si le das la información que necesita a diario.**

¡Descubre soluciones naturales seguras, eficaces y económicas!

Los aceites esenciales son compuestos aromáticos naturales que se encuentran en semillas, cortezas, troncos, raíces, hojas, flores y otras partes de las plantas.

Estos son extraídos por sus innumerables propiedades benéficas para nuestra salud.



1

Contienen cientos de compuestos diferentes que proveen habilidades complejas y versátiles para combatir amenazas sin aumentar su resistencia.

2

Trabajan con el cuerpo para atender problemas y causas a nivel celular.

3

Son de 50 a 70 veces más poderosos que las hierbas. ¡quiere decir que se han ganado el trono de la medicina natural más potente

ACEITE ESENCIAL
DE MENTA
dōTERRA



28 TAZAS
DE
TÉ DE MENTA




Son super potentes. ¡Una sola gota de aceite esencial de menta equivale a 28 tazas de té de menta!




¡Experimenta la calidad superior de dōTERRA!

Los aceites esenciales CPTG (Certificado de Pureza Total Garantizada) de dōTERRA son 100% puros. No contienen aditivos ni ingredientes artificiales que debilitan sus propiedades, no son contaminados por pesticidas o residuos químicos.




PUROS

Tests meticulosos vienen efectuados sobre cada lote



SEGUROS

Mucho más que orgánicos



EFICACES

Crecidos en el lugar ideal, cosechados en el momento ideal

Mantener los aceites esenciales lejos de contaminantes es tan importante como asegurar la presencia de los principios activos en concentraciones adecuadas, al fin de garantizar mayor eficacia. Cada lote de aceites esenciales dōTERRA viene sometido a 13 pruebas científicas para determinar y asegurar su pureza y su potencia.

Con dōTERRA, no solo sabemos que pruebas hacen y quien las hace, si no que podemos también ver los resultados. Además, dōTERRA trabaja para seleccionar las mejores especies botánicas, cultivadas en su habitat ideal y cosechadas con ética y cuidado en el momento más adecuado. **Los aceites esenciales dōTERRA son los aceites más seguros y eficaces en el mundo hoy en día.**



Calidad

sourcetoyou.com/es/quality



CPTG

doterra.com/US/es/cptg-testing-process

Ética y Sostenibilidad

Ética y filantropía es otro pilar importante en dōTERRA. Los aceites se extraen en 50 naciones, donde la planta próspera sin mucha intervención humana y puede producir el mejor aceite esencial. También esos son lugares donde creamos un cambio positivo y sólido en sus comunidades locales.



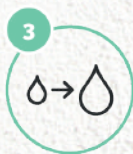
Generar trabajos

Reducir la pobreza generando trabajos.



Pagos éticos y puntuales

Pagos éticos y consistentes a los productores, incluyendo pagos adelantados.



Crecimiento de la capacidad de producción

Ayudar los productores y destiladores con entrenamientos y apoyo económico.



Crear asociaciones a largo plazo

Contratos plurianuales con los cultivadores y destiladores basados en solidaridad y respeto.



Condiciones de trabajos éticas

Condiciones de trabajos sanas y seguras, libre de discriminación.



Promover cooperativas

Respetar el derecho de todos los trabajadores de unirse y formar cooperativas.



Protección ambiental

Promover tecnologías eficientes y de bajo consumo, utilizando energías renovables y minimizando los desechos.



Facilitar el desarrollo de las comunidades

La fundación Healing Hands de dōTERRA ayuda el desarrollo y el crecimiento de las comunidades en los lugares de abastecimiento con escuelas, clínicas, acueductos y otras estructuras dedicadas al crecimiento y a la formación.



¿Cómo usar los aceites esenciales?



Aromático

Utiliza el difusor o inhala directamente de la botella para mejorar el estado de ánimo, abrir las vías respiratorias o desodorizar el aire.



Tópico

Aplícalos en las plantas de los pies o en las áreas afectadas para atender necesidades específicas. Diluye con aceite de coco fraccionado.



Interno

Úsalos para cocinar, ponlos en el agua, bajo la lengua o en una cápsula vegetal para ingerirlos.

*No todos los aceites esenciales se pueden ingerir. Revisa los detalles de esta guía para más información.

Seguridad

Los aceites esenciales dōTERRA son naturalmente seguros y no tienen efectos colaterales, cuando usados según las indicaciones.

Algunas precauciones de uso seguro que debes seguir son:

- ★ Nunca apliques los aceites en el interior de los ojos o de los canales auditivos.
- ★ Si la piel se irrita después del uso tópico, aplica aceite vegetal sobre la zona afectada.
- ★ Diluye siempre con un aceite portador como aceite de coco fraccionado para uso tópico.
- ★ En caso de condiciones médicas específicas consulta siempre con tu doctor.

Cantidades recomendadas

	Adultos		Niños	
	por aplicación	24 hr Max	por aplicación	24 hr Max
Aromático	¡Puedes tener el difusor prendido las 24 hrs del día sin problemas!			
Tópico	3-6 gotas	12-36 gotas	1-2 gotas	3-12 gotas
Interno	2-4 gotas	12-24 gotas	1*	4*

*Evitar el uso interno antes de los 4 años

Copaiba

Copaifera Essential Oil



Origen: Brasil

Parte de la planta: Oleoresina

Propiedades: Analgésico, antiinflamatorio, antiséptico, antioxidante, estimulante circulatorio y pulmonar.

Seguridad: Uso aromático, tópico e interno. Diluye para aplicación tópica.

- 1 **Trastornos de la piel tales como eczema, psoriasis y dermatitis:** aplica diluido en el área de interés.
- 2 **Calmar dolores y desinflamar:** aplicar en el área afectada o tomar dos gotas sublingual.
- 3 **Desinfectar tejidos dañados:** aplica directamente en el área de interés. Este aceite puede ser utilizado sin dilución.
- 4 **Acelerar la regeneración de heridas:** aplica en el área de interés.
- 5 **Reducir la grasa de la piel:** mezcla unas gotitas con aceite fraccionado de coco y vístete aromáticamente.
- 6 **Ayudar a reducir mucosidad y tos:** aplícalo diluido en el pecho y toma una gota en un vaso de agua.
- 7 **Estimular la función de los riñones:** toma dos gotas en un vaso de agua o en una cápsula.
- 8 **Disminuir la presión arterial:** toma dos gotas en un vaso de agua o en una cápsula, o aplícalo diluido en la piel.
- 9 **Combatir el estrés y calmar la mente:** mezcla con Lavanda y utiliza aromáticamente y en una cápsula vegetal.
- 10 **Reducir el dolor causado por enfermedades reumáticas:** aplica diluido en el área de interés o toma unas gotas sublingual.
- 11 **Tratar las infecciones del tracto urinario:** aplica diluido en el área de interés y toma dos gotas en una cápsula.
- 12 **Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte valorado, digno, consciente, perdonado y para obtener claridad.

- 1 **Insomnio:** aplica debajo de la nariz, debajo de los pies o difunde en el aire para favorecer un sueño mas profundo.
- 2 **Estrés y ansiedad:** aplica en el corazón, detrás del cuello, o inhala desde tus manos juntas.
- 3 **Relajación:** date un baño de tina caliente con sales naturales y unas gotas de Lavanda antes de acostarte.
- 4 **Quemaduras (fuego o sol) y cicatrices:** aplica en el área afectada para calmar, sanar y reducir cicatriz. Puedes aplicar sin dilución.
- 5 **Alergias:** toma una cápsula con Lavanda, Limón y Menta o inhalalos desde las palmas de tus manos.
- 6 **Cólicos y bebes alterados:** masajea diluido en la columna, el abdomen o debajo de los pies para calmar.
- 7 **Cortes, heridas o ampollas:** aplica en el sitio afectado para limpiar, desinfectar, sanar y limitar o evitar cicatrices.
- 8 **Picaduras de insectos y urticaria:** aplica directamente en el sitio para calmar como un antihistamínico natural.
- 9 **Hemorragia nasal:** aplica tópicamente en el puente de la nariz o alrededor de los ojos.
- 10 **Presión sanguínea alta:** masajea en el corazón o toma en cápsula.
- 11 **Migrañas y dolor de cabeza:** inhala y aplica en las sienas y detrás del cuello.
- 12 **Nausea:** inhala y aplica en la zona abdominal para aliviar.
- 13 **Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte más relajado, honesto, escuchado y tener comunicación más abierta.

Lavanda

Lavandula angustifolia



Origen: Francia, Bulgaria

Parte de la planta: Flor

Propiedades: Sedativo, astringente, antihistamínico, citófilo, antiespasmódico, antidepresivo, analgésico, hipotensivo, calmante, antibacteriano, cardiotónico

Seguridad: Para uso aromático, tópico e interno. Diluye para piel sensible.

Menta Piperita

Mentha piperita



Origen: USA

Parte de la planta: Entera

Propiedades: Analgésico, antiespasmódico, antiinflamatorio, antidepressivo, refrescante, expectorante, estimulante, vasoconstrictor.

Seguridad: Uso aromático, tópico e interno. Diluye para aplicación tópica.

- 1 **Energía y atención:** inhala o aplica debajo de la nariz o detrás del cuello, diluido en aceite de coco fraccionado.
- 2 **Fiebres y sofocos:** aplica tópicamente detrás del cuello, de la columna vertebral, o debajo de los pies para un efecto refrescante.
- 3 **Quemaduras o insolación:** aplica con Lavanda diluido en aceite de coco fraccionado directamente en la piel quemada.
- 4 **Problemas de memoria y TEA:** aplica detrás del cuello, de la columna vertebral o debajo de los pies.
- 5 **Antojos:** inhala o aplica debajo de la nariz o toma una gota en la lengua antes o entre comidas para controlar el apetito.
- 6 **Tensión y rigidez muscular:** aplica directamente en los músculos duros, cansados o tensos o aplica antes del entrenamiento.
- 7 **Alergias estacionales:** toma internamente en una cápsula, en agua, o aplica debajo de la nariz o plantas de los pies.
- 8 **Dolores de cabeza y migrañas:** aplica en las sienes, encima de las orejas, y detrás del cuello.
- 9 **Mal aliento:** agrega una gota a tu pasta de dientes o aplica una gota en la lengua.
- 10 **Asma y sinusitis:** aplica tópicamente en el pecho y en las plantas de los pies.
- 11 **Perdida del olfato:** inhala o aplica diluido en el puente de la nariz.
- 12 **Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte optimista, claro, aliviado y renovado.

- 1 **Cálculos biliares y renales:** aplica diluido en el área afectada. Ingiere un par de gotas en un vaso de agua o en una capsula vegetal para romper los cálculos.
- 2 **Concentración:** inhala o difunde con Romero y/o Menta.
- 3 **Edema y retención de líquido:** toma en una cápsula o masajea en las piernas y debajo de los pies.
- 4 **Acidez y reflujo:** toma con aceite esencial de Jengibre en una cápsula o vaso de agua.
- 5 **Congestión y mucosidad:** masajea en el pecho con Incienso y difunde en el ambiente con Menta.
- 6 **Resfriado, catarro, alergias:** toma en una cápsula con Lavanda y Menta.
- 7 **Desintoxicación del hígado y riñones:** toma en un vaso de agua o aplica tópicamente debajo de los pies.
- 8 **Dolor de garganta:** aplica tópicamente Limón e Incienso en el área de la garganta o toma una gota en una cucharada de miel.
- 9 **Desengrasante:** usa 20-30 gotas en una botellita spray con 250 ml de agua y vinagre para limpiar superficies.
- 10 **Venas varicosas:** aplica tópicamente con el aceite esencial de Ciprés diluido en aceite de coco fraccionado.
- 11 **Saborizante natural:** agrega en tu agua, té, pescados, hummus, tarta, o lo que se te ocurra para reemplazar la ralladura de limón.
- 12 **Perfume para la ropa:** Agrega 5-10 gotas al final del ciclo de lavado.
- 13 **Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte enfocado, mentalmente conectado, alerta y claro.

Limón

Citrus limon



Origen: Italia

Parte de la planta: Piel

Propiedades: Antiséptico, antioxidante, antibacteriano, mucolítico, desintoxicante, diurético, desinfectante, astringente, desengrasante.

Seguridad: Para uso aromático, tópico e interno. Evitar la exposición al sol después del uso tópico.

Deep Blue

Mezcla lenitiva



Contenido: Gaulteria, Menta Alcanfor, Tanaceto Azul, Helicriso, Manzanilla, Osmanto.

Propiedades: Analgésico, antiséptico, antioxidante, vigorizante.

Seguridad: Uso aromático y tópico. Siempre diluye para piel sensible.

NO INGERIR

- 1 **Dolores de músculos y articulaciones:** masajea en el área de malestar.
- 2 **Inflamación de tendones y ligamentos:** masajea en el área de malestar.
- 3 **Artritis:** masajea en el área de malestar.
- 4 **Neuropatía y síndrome del túnel carpiano:** masajea en el área de malestar.
- 5 **Tensión muscular y latigazo:** masajea en el área de malestar.
- 6 **Antes y después del entrenamiento:** masajea en el área de malestar.
- 7 **Dolores de crecimiento:** masajea en el área de malestar.
- 8 **Dolores de útero:** masajea en la espalda baja y abdomen bajo.
- 9 **Moretones, contusiones, lesiones:** masajea en el área afectada para reducir la inflamación.
- 10 **Bruxismo:** masajea unas gotitas en tus mandíbulas antes de ir a dormir para relajarte y evitar tensión durante la noche.
- 11 **Calambres:** masajea en el área afectada.
- 12 **Circulación:** masajea en todo el cuerpo para mejorar la circulación.
- 13 **Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para ayudarte a pasar experiencias dolorosas, sentirte mas fuerte, calmo y sereno.

- 1 **Neumonía y asma:** difunde o aplica debajo de la nariz y en el pecho.
- 2 **Alergias respiratorias:** inhala una gota desde tus palmas o aplica debajo de la nariz.
- 3 **Tos y congestión:** difunde en el ambiente con un difusor o aplica sobre el puente de tu nariz y pecho.
- 4 **Bronquitis y gripe:** difunde y aplica tópicamente en el pecho.
- 5 **Sinusitis y pólipos nasales:** aplica en o debajo de la nariz.
- 6 **Insomnio:** difunde durante la noche o antes de dormir con Lavanda y aplica en las plantas de los pies.
- 7 **Haz tu propio inhalador nasal.**
- 8 **Antes de ejercitar:** aplica en el pecho y en la espalda antes de hacer ejercicio para ayudar a vigorizar tus pulmones.
- 9 **Aumenta tu poder cerebral!:** esta mezcla contiene muchos aceites que estimulan y despiertan tu mente. Inhala profundamente en momentos de necesidad.
- 10 **Refresca espacios cerrados:** difunde en el ambiente para refrescar el aroma en espacios donde no hay ventanas para abrir.
- 11 **Ayuda a cortar malos hábitos:** inhala desde la botella o las palmas de tus manos cuando estas dejando algún vicio y te sientes ansioso.
- 12 **Ansiedad:** Utiliza aromáticamente contra ansiedad y preocupaciones.
- 13 **Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte más amado, cuidado, apto para recibir y abrazando a la vida.

Breathe

Mezcla respiratoria



Contenido: Laurel, Menta, Eucalipto, Ravensara, Limón Melaleuca, Cardamomo.

Propiedades: Antibacteriano, antifúngico, antidepresivo, antiséptico, antiespasmódico, expectorante, vigorizante, antiinflamatorio, antiviral.

Seguridad: Uso aromático y topico. Siempre diluye para piel sensible.

NO INGERIR

On Guard

Mezcla protectora



Contenido: Naranja, Clavo, Canela, Eucalipto, Romero.

Propiedades: Antibacteriano, antifúngico, antiviral, antiséptico, estimulante inmune, antiparasitario, antiinflamatorio.

Seguridad: Para uso aromático, tópico e interno. Siempre diluye para piel sensible.

- 1 Mata gérmenes y patógenos del aire:** difunde en el ambiente o haz un spray con 250 ml de agua y 30 gotas de OnGuard.
- 2 Estimula el sistema inmune:** difunde, toma en una cápsula, vaso de agua o masajea en todo tu cuerpo y plantas de los pies a diario.
- 3 Resfríos y gripe:** toma en una cápsula, vaso de agua o masajea en las plantas de los pies.
- 4 Estreptococo y amigdalitis:** haz gárgaras con una gota en agua y traga. Toma en una cápsula o vaso de agua.
- 5 Herpes labial, aftas, verrugas:** aplica diluido en el área afectada.
- 6 Heridas infectadas:** aplica diluido en el área afectada.
- 7 Salud oral:** haz gárgaras con una gota en un vaso de agua. Haz tu propio enjuague bucal.
- 8 Problemas de hongos y parásitos:** aplica diluido en el área afectada o toma en una cápsula.
- 9 Antiséptico y detergente para la casa:** difunde o diluye en agua en una botella de spray para limpiar las superficies.
- 10 Fatiga crónica y enfermedad autoinmune:** toma en una cápsula vegetal o masajea las plantas de los pies.
- 11 Hazte tu propio "jabón sin enjuague" para cuando estés de viaje:** mezcla 30 gotas en una botella spray de 100 ml de agua y llévalo en tu cartera a todos lados.
- 12 Balance emocional:** usa aromáticamente y/o tópicamente para sentirte protegido, capaz, con límites, en integridad, independiente y fuerte.

- 1 Hinchazón, gas, flatulencia:** masajea sobre el estómago en el sentido del reloj o toma en una cápsula.
- 2 Indigestión y/o diarrea:** toma dos gotas en una cápsula cada media hora, hasta que los síntomas se acaben.
- 3 Acidez:** aplica sobre el pecho o toma en una cápsula.
- 4 Reflujos y cólicos:** toma en un vaso de agua o cápsula con una gota de aceite esencial de Limón. Para bebés masajea diluido en el abdomen en sentido circular, siempre diluido en ACF.
- 5 Náuseas:** aplica en el pecho, en los puntos de reflexología o en el estómago y/o toma en un vaso de agua.
- 6 Cinetosis (mareo por movimiento):** inhala o aplica debajo de la nariz o toma en un vaso de agua.
- 7 Colitis o síndrome del intestino irritable:** toma en una cápsula o en un vaso de agua a diario.
- 8 Estreñimiento:** toma en una capsula cada hora hasta que los síntomas se acaben.
- 9 Enfermedad de Crohn y fatiga crónica:** toma en una cápsula vegetal o masajea en el abdomen.
- 10 Intoxicación:** toma en una cápsula vegetal.
- 11 Ansiedad:** Usa tu roll-on de ZenGest para calmar esos nudos en el estómago.
- 12 Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte más entusiasmado, más nutrido, más interesado y asimilando nueva información.

ZenGest

Mezcla digestiva



Contenido: Jengibre, Menta, Estragón, Hinojo, Alcaravea, Cilantro, Anís.

Propiedades: Antiviral, antibacteriano, antiséptico, antiparasitario, antiinflamatorio, antiespasmódico.

Seguridad: Uso aromático, tópico e interno. Siempre diluye para piel sensible.

Balance

Mezcla estabilizadora



Contenido: Abeto, Madera de Ho, Incienso, Tanaceto Azul, Manzanilla.

Propiedades: Calmante, relajante, armonizador, estabilizador, equilibrador.

Seguridad: Uso aromático y tópico. Ya viene diluido con aceite de coco fraccionado por lo que puedes aplicarlo directo en la piel sensible.

NO INGERIR

- 1 Estrés y ansiedad:** aplicar en la planta de los pies y masajear en el cuello y corazón. Inhalar directamente de la botella.
- 2 Dolor de espalda:** masajear en el área afectada.
- 3 Inflamación inducida por estrés:** inhala de las manos ahuecadas, aplica en la planta de los pies o difunde.
- 4 Depresión:** difundir en el ambiente y masajear en todo el cuerpo.
- 5 Sofocos y bochornos:** inhalar profundamente y/o masajear el cuello.
- 6 Hernias discales:** masajear en el área afectada.
- 7 Jet lag o descompensación horaria:** inhalar profundamente desde las manos ahuecadas y masajear en el cuello.
- 8 Convulsiones, epilepsia y Parkinson:** aplicar en la nuca, a lo largo de la columna vertebral o la planta de los pies.
- 9 Meditación:** aplica debajo de la nariz y cuello.
- 10 Problemas neurológicos:** aplica en la planta de los pies y de la columna vertebral.
- 11 Enfoque y concentración:** difunde en el ambiente o inhala el aceite profundamente.
- 12 Equilibrio emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte más enraizado, estable, conectado, independiente, y con fuerza interior.

- 1 Stress:** difundir o aplicar en la nuca y frente para calmar el estrés.
- 2 Depresión o ansiedad:** usar como perfume a diario o aplicar e inhalar 5-8 veces al día o cuando sea necesario.
- 3 Síntomas premenstruales:** aplicar en abdomen, puntos reflejos para los ovarios y plantas de los pies.
- 4 Pérdida de la compostura, poca capacidad de resistencia:** difundir y aplicar en la columna vertebral, en la nuca y en la planta de los pies.
- 5 Mal genio:** usar como perfume durante el día.
- 6 Insomnio:** difundir y masajear en todo el cuerpo después de una ducha o antes de dormir.
- 7 Adicciones, compulsividad, obsesividad:** difundir y aplicar en el área del hígado y en la planta de los pies.
- 8 Falta de motivación o cansancio mental:** difundir y masajear en la nuca.
- 9 Concentración, enfoque, inquietud:** aplicar en la nuca y frente.
- 10 Bebe molesto, cólicos:** difundir en el ambiente y masajear el abdomen.
- 11 Músculos cansados o dolores de crecimiento:** aplique en el área afectada 2 a 4 veces por día.
- 12 TDA/TDAH:** difundir en el ambiente y masajear en las sienes.
- 13 Equilibrio emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte tranquilo, calmo, claro, con confianza y seguro.

Adaptiv

Mezcla calmante



Contenido: Naranja Silvestre, Lavanda, Copaiba, Magnolia, Romero, Hierbabuena, Neroli y Liquidámbar Americano.

Propiedades: Calmante, antiestrés, sedante, relajante, tranquilizante.

Seguridad: Uso aromático y tópico solamente. No exponerse al sol directo con este aceite en la piel ya que la naranja es fotosensible.

NO INGERIR

Frankincense

Boswellia Essential Oil



Origen: Somalia, Omán
Parte de la planta: Resina
Propiedades: Estimulante inmune, anticancerígeno, antiinflamatorio, regeneración celular, antidepresivo,
Seguridad: Para uso aromático, tópico e interno.

- 1 Prevención del cáncer de mamas:** masajea diluido en los pechos para desintoxicar el tejido mamario. Aplica dos veces al día durante 30 días. Repite este protocolo de desintoxicación 3 a 4 veces al año.
- 2 Convulsiones y traumas:** pon una gota debajo de la lengua y aplica en la partidura de tu cuero cabelludo.
- 3 Alzheimer, demencia y lesión cerebral:** difunde, huele directamente de la botella, bebe o aplica tópicamente detrás del cuello.
- 4 Depresión:** difunde o pon debajo de la lengua varias veces al día.
- 5 Cicatrización de heridas y arrugas:** aplica directamente en las heridas o arrugas para ayudar la regeneración de tu piel.
- 6 Cicatrices y estrías:** combina con Mirra y aplica tópicamente para reducir la apariencia de cicatrices y estrías.
- 7 Ciática, dolores de espalda y cabeza:** aplica tópicamente en el área afectada o toma en una cápsula con Copaiba para reducir la inflamación.
- 8 Sistema inmune y salud celular:** toma en una cápsula o masajea debajo de los pies.
- 9 Desintoxicación del hígado:** toma en una cápsula vegetal o masajea en el abdomen o debajo de los pies.
- 10 Enfermedades autoinmunes:** toma en una cápsula o masajea debajo de los pies a diario.
- 11 Congestión, tos, alergias:** inhala y masajea en el pecho y garganta con Menta y Romero diluidos con coco fraccionado.
- 12 Balance emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentirte protegido, amado, conectado y unido con la divinidad.

- 1 Calmante:** difundir la mezcla en un difusor ultrasónico.
- 2 Stress y ansiedad:** aplicar una gota en la nuca, las sienes, el cuello y las plantas de los pies.
- 3 Insomnio:** agregue 1 a 2 gotas en el agua caliente de la bañera, y báñese antes de ir a dormir. Aplique una gota en el ombligo antes de dormir.
- 4 Dormir profundamente:** agregue 15 a 20 gotas en un atomizador de 30 ml con agua. Agite y rocíe una pequeña cantidad en las almohadas y las sábanas antes de acostarse.
- 5 Fatiga mental:** inhale el aroma directamente del frasco.
- 6 Bruxismo:** masajear cuello y mandíbulas mezclando con Deep Blue.
- 7 Hiperactividad:** masajear columna vertebral, pies y cuello, diluido en aceite de coco fraccionado.
- 8 Picazón en la piel:** aplica en las áreas afectadas dos gotas diluidas en aceite de coco fraccionado .
- 9 Enojo e inquietud:** inhala profundamente desde las manos ahuecadas o masajea una gota en el cuello.
- 10 Balance hormonal y cambios de ánimo:** difunde en el ambiente o masajea en los puntos de pulso y en puntos de reflexología.
- 11 TDA/TDAH:** difundir en el ambiente y masajear en las sienes.
- 12 Conexión con tu pareja:** difunde en el ambiente o masajea en todo el cuerpo para momentos de relajación y conexión con tu pareja.
- 13 Equilibrio emocional:** usa aromáticamente y tópicamente para sentir calma, tranquilidad, paz, relajación, compasión y conexión.

Lavender Peace

Mezcla reparadora



Contenido: Lavanda, Palo de Ho, Madera de Cedro, Ylang Ylang, Mejorana Dulce, Manzanilla Romana, Extracto de Vainilla, Vetiver, Sándalo Hawaiano.
Propiedades: Calmante, sedante, relajante, promueve un sueño reparador.
Seguridad: Uso aromático y tópico solamente.
***NO INGERIR**

Hábitos diarios de salud

Nuestros hábitos favoritos para un bienestar extraordinario.

Si haces todo esto, tu calidad de vida se va a elevar y ¡te sentirás como nunca!



- ★ Inhala 1 gota de Menta para despertar con todo el power.
- ★ Masajeate las plantas de los pies con Balance.
- ★ Toma 1 vaso de agua con Limón.
- ★ Toma 1 gota de Copaiba sublingual.
- ★ Enciende el difusor con algo que te active:
Menta y Limón, Breathe y Limón, Adaptiv y Menta
(usa OnGuard o Breathe si necesitas apoyo inmune).
- ★ Vestimenta Aromática: hazte un masaje de pies a cabeza con 6 gotas de aceite esencial mezclado en aceite de coco fraccionado. Nuestros favoritos para la mañana son: Lavanda, OnGuard, Menta, Balance.
- ★ Carga el difusor con algo estimulante (Limón, Menta, Breathe) para tener una dosis de energía natural.
- ★ Hazte un perfume de aceite de coco con 1 gota de Lavanda y Adaptiv contra el estrés.
- ★ Si estás en el computador, hazte un masaje en la espalda baja y cuello con 1 gota de Deep Blue y aceite de coco fraccionado.
- ★ Después de cada comida, toma un vaso de agua con 1 gota de ZenGest. También puedes masajear 2 gotas con aceite de coco fraccionado en en la zona abdominal.
- ★ Vestimenta Aromática con 3 gotas de Lavanda y 3 gotas de Balance diluidos en aceite de coco fraccionado.
- ★ Coloca el difusor con 5 gotas de Lavanda, Balance o Breathe. Si sufres de alergias respiratorias, agrega 5 gotas de Breathe en el difusor o aplica un par de gotas en la frente y puente nasal.
- ★ Hazte un baño de tina con sales Epson o sal de mar y 5-6 gotas de Lavanda, Adaptiv o mezcla de ambos.
- ★ Masajea la planta de tus pies con 2 gotas de Balance.
- ★ Toma 1 cápsula vegetal con 2 gotas de Lavanda y 2 gotas de Copaiba para dormir profundamente y para bajar la inflamación.



¿Sabías que hay aceites para todo?

En este libro te hablamos sobre los 10 aceites más indispensables, más comunes, más versátiles, más usados, más amados.

¡Los primeros 10 aceites que quieres tener al empezar a armar tu botiquín natural!

Para simplificar tu camino, dōTERRA ha creado una manera fácil para empezar. Tu bienestar comienza con este kit de inicio...

Kit Esenciales para el Hogar



En este kit encuentras **10 aceites** que estarás usando a diario. Son la base fundamental para apoyar cada uno de tus sistemas del cuerpo y también para trabajar los elementos de estilo de vida de nuestra famosa pirámide de bienestar.

Si todavía no tienes tu kit dōTERRA, ¡qué esperas!

La mejor manera para comprar los productos dōTERRA es registrándote como cliente preferencial a través de nosotros.

Ve a www.essentialpower.cl/comprar para que podamos enviar tu kit hoy mismo.

Alternativamente, escribe un correo a doterra@essentialpower.cl o contáctanos por **Instagram @essential.power** para responder tus preguntas y ayudarte a elegir.



¡Únete a nuestra Comunidad *Essential Power* y recibe el mejor apoyo de por vida!

Cuando te inscribes con tu primer kit de inicio con nosotros o cualquier miembro de nuestro equipo, esto es lo que recibes:

- ★ Acceso a los mejores productos para tu bienestar personal a los precios **más bajos posible en el mercado**
- ★ Educación **contínua**
- ★ Una consulta de bienestar **personalizada**
- ★ **Cursos educativos** en constante actualización
- ★ Acceso a **un grupos de apoyo exclusivos** donde recibirás educación de muchos miembros de nuestra **comunidad**
- ★ Ofertas y promociones **exclusivas a nuestro equipo**
- ★ Recursos educativos completos y organizados para fácil acceso
- ★ Apoyo **DE POR VIDA**

* Si otra persona miembro de la Comunidad Essential Power te mandó este e-book, contáctala a ella para que te ayude con tu membresía. ¡Igual estarás recibiendo los beneficios educativos de la comunidad!

OPCIONAL

- ★ Apoyo para compartir dōTERRA y poder recibir tus aceites **gratis**
- ★ Oportunidad de crear tu negocio con nuestras mejores estrategias y apoyo, para **crear tu libertad económica** mientras compartes bienestar

Si quieres conocer como emprender con dōTERRA,
sigue este código QR y mira nuestra
presentación de negocio:

<https://essentialpower.cl/negocio-doterra>



Ya eres cliente

y quieres saber cual es la mejor manera para ampliar tu colección...la respuesta es muy simple:

LRP

LRP (Loyalty Rewards Program), es el Programa de Recompensas por Lealtad de dōTERRA y como dice el nombre premia a los clientes leales con puntos para canjear productos gratis y recibir el aceite gratis del mes.

Cuando haces una orden con el Programa de Lealtad recibes:

- 1 Del 10% al 30% de tu compra reembolsado en puntos, cuando tu orden es al menos 50 VP (1 VP = CL\$ 1,000 aproximadamente).
 - 2 El producto del mes de regalo, cuando tu orden LRP es de al menos 125 VP y lo procesas dentro del 15 del mes. El producto del mes varia cada mes y es anunciado el primer día del mes.
- ★ Desde **el cuarto al sexto mes** de lealtad, **dōTERRA** te premia aumentando tu porcentaje de acumulación al 15%.
 - ★ Desde **el séptimo al noveno mes** aumentará al 20%.
 - ★ Del **decimo al doceavo mes** aumentará al 25%.
 - ★ Del **treceavo mes en adelante** podrás empezar a acumular el 30% de lo que compras, en puntos. ¡Esto equivale a un descuento extra del 30%!

PORCENTAJE DE PUNTOS DE CRÉDITOS RECIBIDOS:

10%

Meses 1-3

15%

Meses 4-6

20%

Meses 7-9

25%

Meses 10-12

30%

Meses 13+

Para aprender mas sobre este Programa de Lealtad, sigue este enlace:
<http://www.essentialpower.cl/lrp>



"La mejor medicina de todas es enseñar a las personas a no necesitarla."

Los aceites esenciales dōTERRA son las **soluciones naturales, seguras y eficaces** que necesitas en tu vida. Juntos a nuestra educación, son la puerta hacia **un bienestar excepcional** en cada área de tu vida.

 doterra@essentialpower.cl

 [essential.power](https://www.instagram.com/essential.power)



WWW.ESENTIALPOWER.CL

