



dōTERRA®

CPTG Certified Pure Therapeutic Grade®

ACEITES ESENCIALES

FERTILIDAD

EMBARAZO

BEBÉS

NIÑOS



EL EMBARAZO



Es el momento mágico de estar gestando una vida nueva.

Aunque las mujeres actuales continúan con sus tareas cotidianas, es más que una necesidad dedicar un tiempo para el bienestar, la relajación y para estar consigo misma.

Así como existen abundantes consejos para el cuidado del cuerpo, sería oportuno insistir en la atmósfera emocional que necesita el ser en formación que absorbe de su madre no sólo los nutrientes sino también su estado de ánimo.

Nada mejor que la aromaterapia para lograr benéficos tanto emocionales como físicos. Los aceites esenciales dōTERRA son sustancias naturales provenientes de flores, hojas, tallos y raíces de las plantas. Son livianos y volátiles y pueden ser usados de diversas maneras ya sea en el difusor, en el baño, en un aceite para masaje, etc.

Se debe tener en cuenta las indicaciones para poder recurrir a ellos durante todo el período de gestación.

Los aromas producen una modificación instantánea de nuestros estados de ánimo ya que a través del olfato actúan directamente a nuestro sistema límbico encargado de mover nuestras emociones

Frente a un desequilibrio emocional es posible recuperarnos colocando unas gotas de aceites esenciales en un pañuelo, oliéndolo en forma persistente o bien esparciéndolos en el ambiente en utilizando un difusor.

Los aceites esenciales dōTERRA cuyo significado del latín es “**REGALO DE LA TIERRA**”, son 100%puros sin pesticidas y certificados de grado terapéutico, podríamos decir que los aceites dōTERRA son el «espíritu sutil de las plantas”.

Cuando aplicamos tópicamente, los aceites esenciales dōTERRA penetran las membranas de las células y viajan a través de la sangre y a los tejidos para mejorar y sanar las células de todo nuestros órganos y sistemas.



FERTILIDAD

dōTERRA™

Un masaje diario con 2 gotas de **ANÍS**, o **GERANIO**, **LAVANDA**, **TORONJA** sobre la parte baja del abdomen, de forma circular o utilizando el roll-on de la mezcla de aceites **SOLACE** que ayuda a limpiar, sacar toxinas y prepararse para esta misión tan especial.

El **LIFELONG VITALITY PACK** es imprescindible como suplemento esencial para balancear las hormonas y tener más oportunidad de quedar embarazada.

Otra poción mágica que ha tenido mucho éxito es aplicando 2-3 gotas de la mezcla de aceites **WHISPER** debajo la planta del pie de la futura mamá y 2-3 gotas de aceite esencial de **ORÉGANO** debajo de la planta del pie del futuro papá todas las noches antes de acostarse.

DURANTE EL EMBARAZO

NAUSEAS Y VÓMITOS: Con la ayuda de 1-2 gotitas de aceite esencial de **MENTA**, **ANÍS**, **JENGIBRE** o la mezcla de aceites **DIGEST-ZEN** debajo la planta de los pies, la vida puede llegar a ser mucho más alegre en estos meses de embarazo. También se puede utilizar un difusor para espárcelos en la oficina, tu área de trabajo o en la casa.

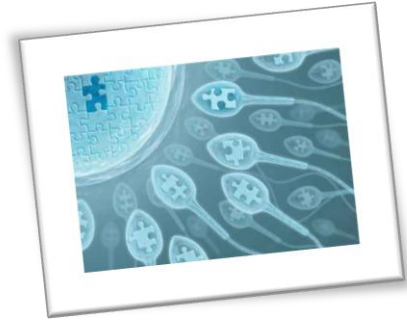
PREVENIR ESTRÍAS: El roll on de **IMMORTELLE** aplicado sobre el abdomen, las caderas y pechos, colabora para prevenirlas ya que contiene el especial aceite de **HELYCRISUM** y aceite esencial de **ROSA**.

PARA OBTENER ENERGÍA: se obtiene rápidamente si utilizan los aceites cítricos como la mezcla **CITRUS BLISS**, **TORONJA**, **LIMÓN** o **NARANJA SILVESTRE** (masajear 2 gotas debajo la planta de los pies), la **MENTA** detrás del cuello, de las orejas y debajo la planta de los pies

EVITAR PIES HINCHADOS, EDEMAS Y RETENCIÓN DE AGUA: mezclar 1 gota de **AROMATOUCH** con aceite de coco puro y dar un masaje en las zonas problemáticas para ayudar a la circulación. El aceite de **NARANJA SILVESTRE** es también fabuloso para la aumentar la circulación de pies y piernas. Tomar mucho líquido.

HIPERPIGMENTACIÓN DE LA PIEL: Se utiliza la mezcla de aceites esenciales conocida como **IMMORTELLE**.

CANDIDIASIS E INFECCIONES VAGINALES: Tomar los **Probióticos** de DoTerra y las cápsulas de **GX Assist** para limpiar cualquier tipo de hongo o levadura.



dōTERRA™

PREVENIR DIABETES: masajear 2-3 gotas de Slim &Sassy sobre el abdomen de manera circular.

VARICES: masajear **LEMONGRASS** o **HELICHRYSUM** directamente sobre la zona afectada.

DOLORES DE CABEZA/ MIGRAÑAS: puedes aplicar la mezcla de aceite **PAST TENSE** en las cienes o **PEPPERMINT** detrás de las orejas y detrás del cuello.

CONSTIPACIÓN: Para esto te ayudan 2 gotas de **DIGEST-ZEN** mezcladas en una cucharada de agua, antes de ir a dormir y también darte un masaje en la zona abdominal con **JENGIBRE** o **MENTA**.

EL NACIMIENTO

Masaje perineal: El aceite de Coco 100% natural de do-TERRA es maravilloso para este masaje y para agregar un antiséptico natural a esta zona agregue 1 gota de aceite de **MIRRA**

Inducir la labor de parto: En el momento del parto, **Jazmín** y la **lavanda**, refuerzan las contracciones, son analgésicos y además nos ayudará a relajarnos. La **salvia** tendrá un efecto similar pero algunos aromaterapeutas encuentran que su efecto sobre las contracciones son muy potentes. Otros aceite esenciales muy indicados son la **rosa**, el **clavo**, la **manzanilla**, el **incienso**.

POST-PARTO

Tomar **Lifelong Vitality Pack**

DEPRESIÓN POST PARTO: **GERANIO, MANDARINA, SÁNDALO, INTUNE.**

DESGARROS: En una botellita de spray agregar agua purificada con 3 gotas de **HELYCRISUM, LAVANDA** y **MIRRA.**

PARA LOS HUESOS: El **BONE NUTRIENT** agrega más calcio al cuerpo y ayuda durante el periodo de la lactancia.

HEMORROIDES: Bastante incomodas y molestas, puede ser una falta de fibra en tu dieta. Dar un masaje en la zona utilizando 1 gota de los siguientes. **CIPRÉS, HELYCRISUM, GERANIO.**



LOS ACEITES dōTERRA PARA BEBÉS Y NIÑOS



Desde tiempos bíblicos el hombre ha utilizado los recursos naturales, incluidos los aceites esenciales, para aliviar problemas de salud. Los adultos con frecuencia recurren a lo natural para restaurar la salud, pero ¿qué pasa con los bebés y niños pequeños? ¿Son los aceites esenciales seguros para usar en nuestros niños? La respuesta es **SÍ.**

Al utilizar cualquier remedio natural para los niños, incluidos los aceites esenciales se debe observar tres cosas:

1 - Los aceites esenciales son muy potentes, por lo que una sola gota logra ser suficiente en los niños. Es mejor usar un poco y repetir la aplicación hasta que se conoce la sensibilidad y la tolerancia a los aceites.

2 - Se diluye primero con el fin de evitar la sensibilidad de la piel. Luego de notar la reacción pueden aplicarse puros.

3 - Mantenga los aceites esenciales más fuertes como orégano, menta, canela, etc. para ser usados en la planta de los pies y evitar la difusión en la habitación del bebé. Los pulmones de los bebés o niños pequeños son más sensibles y los olores fuertes de los aceites incomodidad respiratoria.

A través de muchas investigaciones sobre aromaterapia se ha demostrado que los aceites esenciales son muy potentes para mejorar la salud física, emocional, mental y espiritual de los niños.

Los aceites esenciales nunca deben ser colocados en el canal del oído o en los ojos, los aceites se pueden aplicar en la zona ósea alrededor de la oreja o alrededor de los ojos con mucho cuidado. Si los aceites se utilizan accidentalmente en el canal auditivo o en los ojos, puede ser incomodo por un rato, pero no causará daños. Nunca limpie el aceite con agua, ya que esto sólo hará que se extienda el aceite más. Utilice un aceite portador como el aceite de coco para aliviar la molestia.



¿Cómo se utilizan los aceites esenciales en bebés y niños?

La forma más común es por vía tópica o aplicación directamente a la piel. En general, los aceites esenciales deben diluirse para los bebés. Si no se da instrucciones específicas, mezcle una gota de aceite con 30 gotas de un aceite coco. Colocar el aceite en la planta de los pies. El masaje es especialmente tranquilizante para los bebés y niños pequeños. En raras ocasiones, cuando los aceites esenciales se aplican por vía tópica, la piel puede ponerse de color rojo, con comezón o caliente. Aplique aceite de coco para aliviar.



Cuando se difunden los aceites esenciales, estos viajan a través de las fosas nasales hacia los pulmones y al cuerpo brindando sus propiedades antisépticas, anti-inflamatorias, anti-virales, anti-bacterianas y anti-hongos.

Para los niños mayores que no pueden tragar una capsula se pueden colocar en un poco de miel o leche de arroz. La aplicación oral puede ser muy eficaz para combatir el dolor de la dentición y los problemas intestinales, así como al apoyo de los sistemas inmunológico y digestivo.

¿Qué pasa con los niños que sufren de alergias?

Los Aceites Esenciales dōTERRA por su pureza al 100%, calidad y por el grado terapéutico no contienen péptidos, aminoácidos u otros alérgenos, por lo que no tienen efectos alérgicos. Por esta razón, una persona podría ser alérgica a una planta de lavanda, pero no a aceite de lavanda. Es fundamental para hacer frente a las alergias una nutrición adecuada, así como los nutrientes para mejorar la digestión y la eliminación de residuos.



PARA EL BEBÉ

Mientras se está en la clínica, para prevenir que al bebé se contagie con alguna bacteria o virus, dar un masajito con CINCO gotita de **aceite de coco** y una gota de **On-Guard** debajo la planta de sus pies.

RESFRÍOS: 1 gota de **EUCALIPTO** con **4 gotas aceite de coco** masajeados en la planta de los pies. También se puede utilizar la mezcla de aceite **BREATHE** y difundir en el cuarto con un difusor.

CORTADURAS/ ECZEMA/ QUEMADURAS en un botella spray mezclar, 15 gotas de **MALALEUCA**, 15 gotas de **LAVANDA** con aceite de coco y aplicar sobre el área afectada.

INFECCIONES DE OÍDO:

2 gotas de **LAVANDA**, 2 gotas de **INCIENSO**, 2 gotas de **ALBAHACA** en una bolita de algodón y masajear alrededor de cada oído y detrás de las orejas.

PARA RELAJAR AL BEBÉ Y TRANQUILIZARLO:

1 gota de **LAVANDER** o **SERENITY** debajo la planta de los pies.

DENTICIÓN y PICAZÓN de encías:

DILUIR 1 gota de **CANELA** o 1 gota de **CLAVO DE OLOR** con 5 gotas de aceite de coco y masajear solamente las encías, que no toque la piel alrededor de la boca el **CLAVO DE OLOR** es maravilloso para adultos también cuando sufren de dolor de dientes. También se puede aplicar **LAVANDA** sobre encías para bajar la hinchazón.

MEZCLA PAZ Y TRANQUILIDAD

1/3 botella de **VETIVER**

30 gotas de **YLANG YLANG**

20 gotas de **INCIENSO**

15 gotas de **CLARY SAGE**

10 gotas de **MEJORANA**

Mezclar con aceite de coco y masajear sobre pecho, pulmones, y debajo la planta de los pies. Esta mezcla es maravillosa para ayudar a dormir también para los papas.



VACUNA NATURAL contra la GRIPE

2 gotas ÓREGANO

4 gotas LIMÓN

3 gotas ONGUARD

Mezclar con aceite de coco

Utilizar sobre la garganta, detrás de las orejas, sobre la columna y debajo la planta de los pies en cuanto comiencen los primeros síntomas de una gripe o para prevenirla antes de un viaje o durante un cambio de estación.



MEZCLA PARA ENFOCARSE

4 gotas de **WILD ORANGE**

4 gotas de **PEPPERMINT**

Mezclar con 15 aceite de coco

Esta mezcla es maravillosa para utilizar durante el estudio para aquellos niños que necesitan mas atención y concentración. Aplicar debajo la planta de los pies y detrás del cuello.

También es maravilloso difundir aceite de **MENTA** en un difusor durante las horas de estudio, en una aula o una oficina

