

Eneldo

Anethum graveolens 5 mL

dōTERRA®

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



CPTM TG Certified Pure Therapeutic Grade®

Aplicación: Parte de la planta:
A T I P Semilla

Método de extracción:
Destilación por arrastre de vapor

Descripción aromática:
Herbáceo, a pasto, fresco

Componentes químicos principales:
Limoneno, carvona, α -felandreno

BENEFICIOS PRINCIPALES

- Apoya la digestión y la salud gastrointestinal general*
- Proporciona potente protección antioxidante*
- Purifica los sistemas del cuerpo*

Eneldo

Anethum graveolens 5 mL



DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

El eneldo es una hierba anual de la familia Apiaceae y es la única especie del género *Anethum*. El eneldo tiene una gran variedad de beneficios para la salud tradicionales. Los antiguos egipcios lo usaban por sus efectos calmantes y para alejar los malos espíritus. Los griegos pensaban en el eneldo como un símbolo de riqueza y los romanos creían que traía buena suerte, por lo que hacían coronas de eneldo para adornar a los atletas y a los héroes. El aceite esencial de eneldo tiene muchos beneficios para la salud con su beneficio principal que es la capacidad de apoyar la digestión al estimular los jugos digestivos en el estómago.* Su distintivo aroma y sabor también estimulan las glándulas salivales para ayudar aun más en el proceso de la digestión. El eneldo se ha utilizado durante siglos para mejorar el sabor de los vegetales, carnes y los mariscos. Hoy en día, se utiliza en muchas culturas para sazonar las sopas, ensaladas, papas, curry, pescado, arroz y platos de verduras.

USOS

- Difunde con bergamota y limón para disminuir el estrés y los sentimientos de ansiedad.
- Agrega a las marinadas, sopas y ensaladas para mejorar el sabor.
- Se utiliza para envasar para ayudar a preservar los vegetales.
- Agrega 1-2 gotas a un té de hierbas antes de acostarte para promover un sueño reparador.*

INSTRUCCIONES DE USO

Difusión: Utiliza tres a cuatro gotas en el difusor de tu elección.

Uso interno: Diluye una gota en 4 oz. fl. de líquido.

Uso tópico: Aplica una o dos gotas en la zona deseada. Diluye con aceite fraccionado de coco de dōTERRA para minimizar cualquier sensibilidad en la piel. A continuación precauciones adicionales.

PRECAUCIONES

Posible sensibilidad de la piel. Mantén fuera del alcance de los niños. Si estás embarazada, amamantando o bajo cuidado médico, consulta a tu médico. Evita el contacto con los ojos, oídos internos y zonas sensibles.

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.