

# Jengibre

*Zingiber officinale* 15 mL

dōTERRA | COSTA RICA

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



**Aplicación:** I | S

**Parte de la planta:** Raíz

**Método de extracción:** Destilación por arrastre de vapor

**Descripción aromática:** Picante, especiado

**Componentes químicos principales:**  
 $\alpha$ -zingiberene,  $\beta$ -sesquiphellandrene

## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Con nuevos suministros obtenidos en Madagascar, el aceite esencial de jengibre se extrae del rizoma fresco de la planta del mismo nombre —el tallo subterráneo de una planta cuyo sistema radical sale del suelo. Ingrediente común en muchas comidas asiáticas, el jengibre tiene un sabor especiado y fragante si se usa como especia de cocina. En la tradición occidental se usa más a menudo en dulces —por ejemplo, el pan y las galletas de jengibre. La ingestión de jengibre es bien conocida como ayuda digestiva y para ayudar a aliviar la indigestión y náusea ocasionales.

## USOS

- Ingiérelolo como un producto natural.
- Echa una gota en una cápsula vegetal dōTERRA para apoyar la función saludable del sistema digestivo.

Ver las **Direcciones de uso** y **otras precauciones** en la etiqueta del producto.

## BENEFICIOS PRIMARIOS

- Puede ayudar a apoyar la digestión saludable
- Puede ayudar a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional
- Puede ayudar a reducir la náusea ocasional

