

# Black Spruce (Abete nero)

*Picea mariana* 5 ml

dōTERRA | EUROPE

FOGLIO INFORMATIVO PRODOTTO



CPTG™

**Parte della pianta:** ramo/foglia

**Metodo di estrazione:** distillazione in corrente di vapore

**Descrizione aromatica:** balsamico, verde, fruttato, legnoso

**Principali composti chimici:** bornyl acetato, a-pinene, canfene,  $\delta$ -3-carene

## BENEFICI PRIMARI

- Offre una sensazione di sollievo sulla pelle
- Favorisce un senso di calma e relax
- Allevia lievi irritazioni cutanee

## Black Spruce (Abete nero)

*Picea mariana* 5 ml

Numero di lotto: 60209856

## DESCRIZIONE

Utilizzato da secoli dai nativi americani per favorire la salute cutanea e nelle pratiche spirituali di guarigione e purificazione, l'olio essenziale di Abete nero è legnoso e potente. Distillato dagli aghi e dai rami dell'albero di *Picea mariana*, l'olio essenziale di Abete nero ha un elevato contenuto di bornil acetato, un componente chimico che favorisce il rilassamento e la calma. Inizia la giornata con l'effetto distensivo di Abete nero, sia per uso topico che aromatico. Dopo l'attività fisica intensa, o quando il corpo ha bisogno di un sostegno a livello topico, massaggia Abete nero sulla pelle con un olio vettore per creare un'esperienza confortevole e rilassante. Applicalo sulla parte posteriore del collo nel corso della giornata per favorire un senso di armonia ed equilibrio.

## INDICAZIONI

- Dopo l'attività fisica intensa, combina 1 o 2 gocce di Abete nero con dell'olio di cocco frazionato e massaggia sulla pelle per un effetto calmante e confortevole.
- Applicalo topicamente sulla pelle per lenire lievi irritazioni cutanee.
- Prova ad aggiungerlo alla crema idratante per ridurre la comparsa di imperfezioni e favorire una pelle dall'aspetto sano.

## MODO D'USO

**Diffusione:** Aggiungere una o due gocce in un diffusore.

**Uso topico:** Per il massaggio, mischiare 5 gocce con 10 ml di olio vettore. Per il bagno, mischiare 5 gocce con 5 ml di olio vettore. Per profumare, mischiare 1 goccia con 10 gocce di olio vettore.

## AVVERTENZE

Possibile sensibilità cutanea. Tenere lontano dalla portata dei bambini. In caso di gravidanza, allattamento o problema di salute, consultare il proprio medico. Evitare il contatto con gli occhi, l'interno delle orecchie e le zone sensibili.

