

Bienvenido a la

Consulta de Bienestar

de dōTERRA

Estoy aquí para ayudarte:

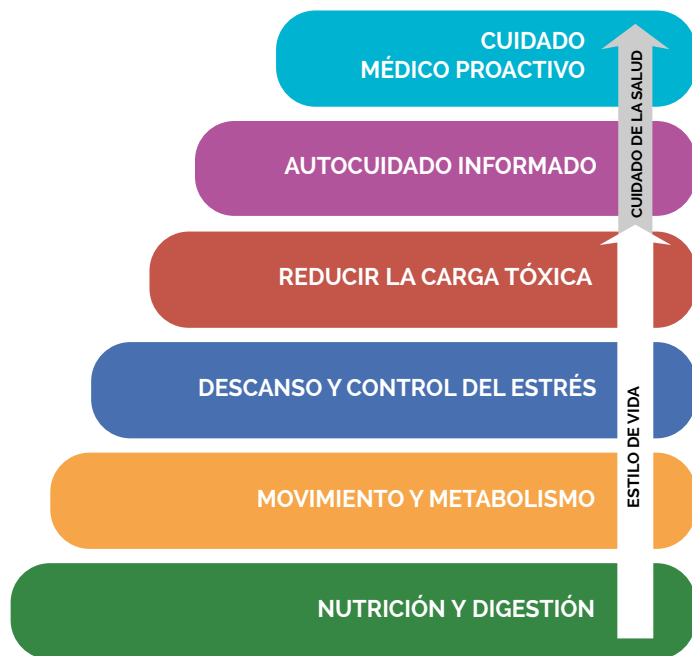
- Usa tus nuevos productos para cambiar tu vida
- Establece un Plan de Bienestar Diario personal
- Maximiza tu membresía y ahorra dinero



Transforma tu salud

Bienvenido a la diferencia dōTERRA, donde cambiar vidas es la norma y mejorar tu salud es nuestra máxima prioridad. Utiliza esta guía para descubrir los poderosos beneficios de los aceites esenciales y crear un plan de bienestar que se mantenga.





Vive un estilo de vida de bienestar

La Pirámide de Estilo de Vida de Bienestar de dōTERRA ilustra la asociación entre el estilo de vida y la atención médica. Cuando el estilo de vida es el enfoque, la salud se logra y se mantiene de forma natural. A medida que uses es tus poderosos productos y vivas hábitos diarios saludables, experimentarás nuevos niveles de plenitud.

Imagina una vida en la que encontrar soluciones sea simple. Con una guía de referencia de aceites esenciales y una caja de aceites esenciales dōTERRA CPTG® al alcance de tu mano, estarás preparado para abordar el 80% de tus prioridades de salud. Para aquellos momentos en los que necesites atención adicional, asóciate con profesionales que te ayuden a encontrar las mejores soluciones naturales comprobadas.



Califícate en cada área (1 -10)

CUIDADO MÉDICO PROACTIVO

AUTOCUIDADO INFORMADO

REDUCIR LA CARGA TÓXICA

DESCANSO Y CONTROL DEL ESTRÉS

MOVIMIENTO Y METABOLISMO

NUTRICIÓN Y DIGESTIÓN

CUIDADO DE LA SALUD

ESTILO DE VIDA



Protege y restaura

Usa dōTERRA On Guard® para apoyar la inmunidad e Incienso para promover una función celular saludable.*



Limpia y desintoxica

Agrega un aceite cítrico de tu elección a tu agua para ayudarte a desintoxicarte.*



Calma y estabiliza

Usa Lavanda para crear un ambiente de descanso. Difunde Adaptiv® para crear una atmósfera tranquila y centrada.



Calma

Aplica Deep Blue® tópicamente antes y después de tu entrenamiento donde sea necesario.



Alimenta, apoya y fortifica

Maximiza tu ingesta diaria de nutrientes con el Paquete Vitalidad Vitalicia de dōTERRA, un trío de suplementos llenos de energía para alimentar y apoyar tu cuerpo. Apoya la digestión con DigestZen TerraZyme®.*

Fortalece y optimiza tu tracto gastrointestinal, apoya la digestión y apoya la inmunidad con PB Assist+®.*



*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



Nutrición y digestión

Dale a tu cuerpo lo que necesita para prosperar. Todo comienza con una nutrición diaria óptima y apoyo digestivo. Los suplementos de alimentos integrales de dōTERRA son un compañero ideal para tus aceites esenciales.



COME BIEN

Nutrición



dōTERRA LIFELONG VITALITY PACK®

Ofrece micronutrientes biodisponibles cruciales y apoyo celular.*



dōTERRA GREENS (FRUTAS Y VERDURAS)

Disfruta de esta mezcla sabrosa y nutritiva de superalimentos, nutrientes esenciales y fibra dietética de origen responsable.



dōTERRA A2Z CHEWABLE™ Y IQ MEGA®

Comienza el día de tus hijos con una excelente nutrición a medida que crecen y se desarrollan.

Digestión



DIGESTZEN TERRAZYME®

Apoya la digestión saludable y los procesos metabólicos con enzimas de alimentos integrales.*



PB ASSIST+® Y PB ASSIST® JR

Brinda una flora intestinal saludable y apoyo inmunológico.*



dōTERRA FIBRA

Apoya la digestión saludable regular. También ayuda a optimizar el control del apetito y los niveles de azúcar en la sangre que ya son saludables.*



PROGRAMA DE BIENESTAR DIGESTIVO

Comienza un viaje de 90 días hacia un microbioma más próspero integrando los productos digestivos más populares en tus hábitos diarios.* Consulta la página 18 para obtener más detalles.

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO



Come alimentos enteros y frescos



Disminuye el azúcar, la cafeína, los lácteos y los alimentos procesados





MALTEADA VERDE

½ plátano, congelado
½ taza de arándanos o fresas congelados
2 puñados de espinacas chicas o col rizada
1 ½ tazas de leche de almendras y
vainilla, sin azúcar
1 cucharada de Proteína dōTERRA
1 cucharada de dōTERRA Greens
1 cucharadita de IQ Mega® (opcional)

Combina todos los ingredientes
en una licuadora.

AVENA

Agrega Corteza de
Canela, dōTERRA
On Guard® o Naranja
Silvestre a tu avena.

LAVADO

Quita los pesticidas, gérmenes
y los residuos de los alimen-
tos llenando el fregadero con
agua fría, ½ taza de vinagre
blanco y 6 gotas de aceite
esencial de Limón. Remoja
las frutas y verduras y luego
enuágalo.



Movimiento y metabolismo

Tu cuerpo está hecho para el movimiento. El ejercicio regular fortalece los músculos y apoya los sistemas cardiovasculares, circulatorio y linfático. Los aceites esenciales y los suplementos favorecen a una mayor flexibilidad y alivian la sensación de tensión en el cuerpo. Juntos, ambos pueden mejorar tu capacidad para mantenerte activo y fuerte.



METABOLISMO

PLAN DE PESO SALUDABLE

DESAYUNO

- Malteada de Proteína de dōTERRA
- 1 cápsula Mito2Max®
- 1 cápsula Blanda de Slim & Sassy® o 3 -5 gotas en agua



ALMUERZO

- Comida saludable o de Proteína de dōTERRA
- 1 cápsula Mito2Max®
- 1 cápsula Blanda de Slim & Sassy® o 3 -5 gotas en agua

dōTERRA PROTEÍNA

La mezcla de proteínas premium apoya la construcción de músculo, el control del apetito y la recuperación después de los entrenamientos.*

Mezcla con una bebida preferida o agrégalo a tu batido diario.



CENA

- Comida saludable
- 1 -3 cápsulas de DigestZen TerraZyme®
- 1 cápsula Blanda de Slim & Sassy® o 3 -5 gotas en agua

MEZCLA METABÓLICA SLIM & SASSY®

Promueve un metabolismo saludable.*

Toma de 3 a 5 cápsulas blandas a lo largo del día como sea necesario o diluir y aplicar tópicamente.

MALTEADA DE PROTEÍNA DE CHOCOLATE Y MENTA

- 1 taza de agua de coco o leche de almendras
 - 1 medida de Proteína de Chocolate de dōTERRA
 - 1 gota de aceite esencial de Menta
 - Hielo (al gusto)
- Mezclar todos los ingredientes hasta que quede suave.

Mezclar todos los ingredientes hasta que quede suave.

MALTEADA DE PROTEÍNA DE BAYAS Y NARANJA

Combina la Proteína de Vainilla de dōTERRA con bayas congeladas, plátanos y 3 gotas de aceite esencial de Naranja Silvestre.



*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO



30 minutos o más de movimiento diario



Estírate o practica yoga para aumentar la flexibilidad



MOVIMIENTO



CREMA DEEP BLUE®

Brinda un efecto calmante en la espalda, los hombros, el cuello, las rodillas, los pies y otras áreas de interés.

Aplicar antes y después del ejercicio o actividad para facilitar el movimiento y la recuperación.



BARRA DEEP BLUE™ + COPAIBA

Analgésico tópico que ofrece alivio temporal de molestias y dolores menores asociados con artritis, esquinces, torceduras y moretones.

Aplicar a cualquier área de preocupación según sea necesario.



DEEP BLUE POLYPHENOL COMPLEX® (Complejo Polifenólico)

Alivia dolores, molestias y apoya la función muscular y articular.*

Toma de 1 a 3 cápsulas al día con las comidas o toma 2 cápsulas para apoyo adicional.



MITO2MAX®

Un complejo de energía y resistencia que apoya la producción de energía celular saludable y promueve una circulación saludable.*

Tomar 1 cápsula con el desayuno y la comida. Úsalo como un sustituto natural de las bebidas con cafeína.



CÁPSULAS DE CÚRCUMA DE DOBLE COMPARTIMIENTO

Apoya una respuesta inflamatoria saludable en el cuerpo.*

Toma 1 cápsula con el desayuno y otra con la cena para apoyar un estilo de vida activo.



CÁPSULAS BLANDAS DE COPAIBA

Apoya el funcionamiento saludable del sistema cardiovascular y una respuesta inflamatoria saludable en el cuerpo.*

Toma 1 cápsula blanda según sea necesario.



PROGRAMA DE BIENESTAR DE ALIVIO

El moverte más porque te sientes mejor, más fuerte y flexible es un sueño hecho realidad. Tarda 90 días en hacerlo realidad. Mira la página 18 para más detalles.

Descanso y control del estrés

Los aceites esenciales brindan un apoyo dinámico para obtener un sueño de calidad constante y controlar el estrés. Crea un ambiente donde tu sueño le dé a tu cuerpo la oportunidad de repararse y renovarse. Elige soluciones para seguir sintiéndote bien y mantenerte centrado sin importar lo que te depare la vida.



DA PRIORIDAD AL DESCANSO

SALES DE BAÑO RELAJANTES

1 taza de sales de Epsom
10 gotas de dōTERRA Balance[®],
dōTERRA Serenity[®] o Lavanda

Mezcla y vierte en tu baño.

FAVORITOS PARA UN DESCANSO TRANQUILO



dōTERRA Serenity[®] y Lavanda

Coloca 1 o 2 gotas sobre tu almohada para tener sueños tranquilos



Cápsulas Blandas dōTERRA Serenity[®]

Toma 1 o 2 cápsulas blandas antes de acostarte para un sueño profundo y rejuvenecedor.*



dōTERRA Peace[®] y Madera de Cedro

Masajea de 1-3 gotas en los pies y la frente al final de un largo día para sentirte tranquilo y relajado en un instante.



Programa de Bienestar de Sueño

El sueño no debe tener un precio. Ahorra en grande mientras creas hábitos que tranquilizan tu mente y cuerpo para un mejor descanso. Mira la página 18 para más detalles.

DIFUSOR VOLO

Difunde los aceites en este difusor ultrasónico, inhala con las manos ahuecadas o aplícalos en los puntos de pulso.



MANEJA EL ESTRÉS

Siéntete bien y mantente centrado. Identifica qué productos necesitas para apoyar tu equilibrio emocional.

El sistema Adaptiv®



La Mezcla Calmante Adaptiv es la respuesta durante los momentos más exigentes de la vida. Difúndelo o aplica para crear una atmósfera relajante. Las Cápsulas Adaptiv combinan productos botánicos clínicamente estudiados con una mezcla de aceites esenciales para ayudarte a adaptarte a situaciones estresantes.*



Citrus Bliss®

Pon una gota en la palma de tu mano e inhala para un rápido estímulo. Difundir para un ambiente edificante.



Abeto Negro

Difundir para ayudarte a relajarte y crear un ambiente tranquilizador.



dōTERRA Balance®

Aplicar en las plantas de los pies para comenzar el día. Difundir para crear un espacio tranquilizador y reconfortante durante momentos exigentes o difíciles.



dōTERRA Cheer®

Aplicar en las muñecas o en los puntos de pulso para un alegre impulso de felicidad y positividad en tu entorno durante todo el día.

Considera usar otros aceites esenciales del Sistema Emocional de Aromaterapia de dōTERRA según lo desees.



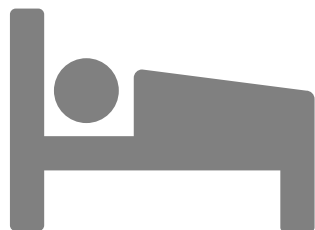
Programa de Bienestar para la Mente y el Estado de Ánimo

Realiza un viaje de 90 días hacia una mayor tranquilidad y una vida más estable y resistente. Mira la página 19 para más detalles.

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO



Obtén de 7 a 9 horas de sueño de calidad todas las noches



Participa en la atención plena o la meditación diaria



Reducir la carga tóxica

Apoya las vías naturales de desintoxicación de tu cuerpo experimentando **la limpieza de 30 días de dōTERRA**. La limpieza ocasional puede mejorar tu metabolismo,* respaldar tus esfuerzos para lograr un peso saludable,* mejorar tu función digestiva* y aumentar tu energía.*



Experimenta la limpieza de 30 días de dōTERRA

1-30 DÍAS



MAXIMIZA LA NUTRICIÓN Y APOYA LA LONGEVIDAD

dōTERRA Lifelong Vitality Pack®

Toma 2 cápsulas de cada suplemento con el desayuno y la cena.



APOYA UNA DIGESTIÓN Y METABOLISMO SALUDABLE*

**DigestZen
TerraZyme®**

Toma 1-2 cápsulas con cada comida al día.



LIMPIA
Limón

Agrega 3 gotas al agua potable 3 veces al día.



Complejo Desintoxicante Zendocrine®

Toma 1-2 cápsulas con las comidas de la mañana y la tarde.

1-10 DÍAS



APOYA ÓRGANOS FILTRANTES*

Cápsulas Blandas de Zendocrine®

Toma 1-2 cápsulas blandas dos veces al día.

11-20 DÍAS



LIMPIA EL TRACTO INTESTINAL*

GX Assist®

Toma 1 cápsula blanda con la cena.

21-30 DÍAS



APOYA LA FUNCIÓN DIGESTIVA SALUDABLE Y LA INMUNIDAD*

PB Assist+®

Toma 3 cápsulas con la cena o antes de acostarte.



APOYA LA SALUD CELULAR*

Cápsulas Blandas DDR Prime®

Toma 1-2 cápsulas blandas con las comidas dos veces al día.



Kit de Limpieza y Restauración
Estos productos de limpieza están disponibles en el práctico Kit de Limpieza y Restauración con descuento.

Descarga el programa de limpieza de 30 días de dōTERRA.



*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO



Bebe 8 o más vasos de agua al día.

Usa aceites cítricos en tu agua diariamente para una limpieza suave y natural.



Cuidados naturales en el hogar

Un hogar limpio no tiene por qué ser a costa de tu salud. Se más ecológico reemplazando los productos sintéticos con limpiadores seguros, a base de plantas, no tóxicos y naturales que contienen aceites esenciales puros CPTG®.



dōTERRA® abōde™

Una y otra vez, los aceites esenciales superan a los sintéticos cuando se trata de purificar cualquier superficie o espacio. Libres de fosfatos, ftalatos, colorantes, sulfatos y cloro, estos productos de origen vegetal vienen en envases reciclables, utilizan enzimas naturales y cuentan con la mezcla refrescante abōde para brindar un aroma fresco y natural y brindar resultados efectivos.



Mezcla Refrescante dōTERRA abōde

Una mezcla de aceites esenciales de alta potencia perfecta para hacer limpiadores caseros no tóxicos y refrescar el aire en cualquier espacio.



abōde Espuma para Manos

Efectivo contra las impurezas, dejando las manos frescas y limpias.



abōde Loción para Manos

Perfecto para aliviar la sequedad y ayudar a que las manos se sientan hidratadas y nutridas.



abōde Cápsulas de Detergente para Lavavajillas y Jabón para Trastes

Resistente a la grasa, deja platos, cristalería, ollas y sartenes relucientes.



abōde Concentrado Limpiador de Superficie Multiusos

Limpia de manera segura las superficies no porosas del hogar, incluso donde se preparan los alimentos.



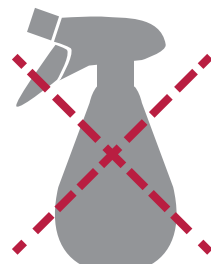
abōde Cápsulas de Detergente para Lavandería

Suave con la ropa y fuerte con la suciedad, dejando cada carga fresca, limpia y brillante.



La línea abōde presenta hermosas botellas de vidrio altamente duraderas. Están destinados para ser comprados una vez y recargar una y otra vez, por lo que es fácil de reducir, reutilizar y reciclar.

HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO



Elimina los productos de limpieza a base de químicos



Usa limpiadores y detergentes seguros y naturales



Cuidado personal natural

No tienes que conformarte con ingredientes cuestionables en tu rutina de cuidado personal. Evita aumentar la carga tóxica de tu cuerpo. En su lugar, elige productos seguros y naturales que proporcionen un estilo de vida más limpio. Reemplaza más productos sintéticos para el cuidado personal con opciones a base de aceites esenciales formulados naturalmente de dōTERRA.





*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



Cuidado Esencial de la Piel

Diseñado para satisfacer todas tus necesidades de antienvjecimiento y cuidado de la piel. Úsalo dos veces al día para mantener la piel saludable y con un aspecto joven.



Colección Milenrama | Granada

Un poderoso enfoque botánico de tres capas para la belleza, por dentro y por fuera. Úsalo a diario para un brillo juvenil.



dōTERRA® Cuidado del Cabello

Usa productos para el cabello premium infundidos con aceites esenciales: Champú Protector, Acondicionador Diario y Acondicionador Sin Enjuague.



Cuidado bucal

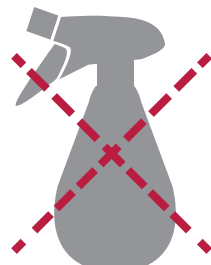
Usa la Pasta Dental Blanqueadora Natural y el Enjuague Bucal de dōTERRA On Guard® por la mañana y por la noche para iluminar tu sonrisa de forma natural.



Cuidado del cuerpo

Limpia tu cuerpo con la Barra de Baño Humectante y el Jabón Corporal Refrescante, que no contienen ingredientes agresivos.

HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO



Elimina los productos de cuidado personal a base de químicos



Usa productos seguros y naturales en tu rutina de cuidado personal



Autocuidado informado

Acostúmbrate a usar las soluciones naturales de dōTERRA como tu primera línea de defensa. Cuando surjan los desafíos de la vida, usa un libro de referencia confiable de aceites esenciales para buscar las posibilidades de soluciones al alcance de tu mano.



AUTOCUIDADO INFORMADO



LLAVERO DE 8 VIAL

¡Empaca tus ocho aceites esenciales de uso más frecuente y prepárate para cualquier cosa!

FAVORITOS DEL LLAVERO

Lavanda
DigestZen®
Menta
dōTERRA Breathe®
dōTERRA On Guard®
Incienso
Deep Blue®
Árbol de Té



Mezcla Desinfectante dōTERRA On Guard®

Rocía esta mezcla desinfectante para manos de origen natural, que es 99.9% efectivo contra los gérmenes más comunes (consulta la etiqueta para ver la lista de gérmenes).



Cápsulas Blandas dōTERRA On Guard+™

Consume 1 o más cápsulas blandas según sea necesario para promover una función inmunológica saludable.*



Correct-X®

Usa este ungüento natural para cualquier irritación leve de la piel.



Lavanda

Aplicar tópicamente para calmar las irritaciones ocasionales de la piel.



Menta

Aplicar para una sensación refrescante. Diluir según sea necesario.



Árbol de Té

Para irritaciones ocasionales de la piel, aplica 1 o 2 gotas en el área afectada.



ClaryCalm®

Frota esta mezcla mensual para mujeres en la parte inferior del abdomen y utilízalo con una almohadilla térmica.



Programa de Bienestar de Inmunidad

Haz que la salud inmunológica sea una prioridad principal y crea una colección de herramientas tanto para la protección diaria como para el apoyo adicional ocasional.*

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO



Recurre a soluciones naturales como tu primera línea de defensa



Consulta un libro de referencia de aceites esenciales para conocer las posibilidades



Bienestar dirigido y entregado

Obtén los resultados que estás buscando. Ya sea que se trate de alivio, apoyo inmunológico o una mayor sensación de armonía interior, cada colección ha sido cuidadosamente seleccionada por expertos en aceites esenciales y médicos experimentados para brindarte los productos exactos que necesitas para lograr tus objetivos

Los 3 principales beneficios de los Programas de Bienestar

Apoya tu principal prioridad de salud y manténlo durante 90 días. Crea una colección de productos y soluciones potentes para abordar tus desafíos personales de salud.

Configúralo y olvídalos. Solicita un programa una vez y recibe automáticamente uno de los tres kits rotativos cada mes.

Disfruta de grandes ahorros y un regalo exclusivo. Cada kit cuesta \$75/60 VP y contiene una variedad de productos específicos a un precio con descuento, junto con un regalo exclusivo.





Programa de Bienestar Digestivo

Tranquilízate, estimula y muévete.

La salud digestiva e intestinal son las principales necesidades de muchas personas. Proporciona a tu cuerpo un apoyo regular y eficaz con esta combinación equilibrada de productos destacados en el Programa de Bienestar Digestivo.*

Mes 2



Kit Digestivo | 2

Mes 1



Kit Digestivo | 1

Mes 3



Kit Digestivo | 3





Programa de Bienestar de Inmunidad

Protege, fortalece y responde.

El Programa de Bienestar de Inmunidad te brinda lo que necesitas, por dentro y por fuera. Esta selección curada de productos está diseñada para respaldar tu sistema inmunológico,* mantener tu entorno limpio y proteger a tu familia y tu hogar.



Mes 1

Kit de Inmunidad | 1



Mes 2

Kit de Inmunidad | 2



Mes 3

Kit de Inmunidad | 3





Programa de Bienestar de Alivio

Calma, apoya y alivia.

Di adiós a la incomodidad que te distrae y hola a la liberación y la libertad con las soluciones seguras y naturales del Programa de Bienestar de Alivio. ¡Disfruta más plenamente de las actividades que amas!*

Mes 1



Kit de Alivio | 1

Mes 2



Kit de Alivio | 2

Mes 3



Kit de Alivio | 3





Programa de Bienestar para la Mente y el Estado de Ánimo

Equilibra, centra y adapta.

No importa lo que la vida te depare, no dejes que los altibajos diarios te pasen factura. Siéntete centrado y animado con el Programa de Bienestar para la Mente y Estado de Ánimo.*

Mes 1



Kit para la Mente y el Estado de Ánimo | 1

Mes 2



Kit para la Mente y el Estado de Ánimo | 2

Mes 3



Kit para la Mente y el Estado de Ánimo | 3





Programa de Bienestar de Sueño

Relájate, desenvuélvete y descansa.

Conseguir un sueño óptimo noche tras noche es una prioridad de salud para todos. Ya sea que te centres en cómo te duermes o te quedas dormido, consigue el descanso que necesitas con el apoyo del Programa de Bienestar de Sueño.*

Mes 1



Kit de Sueño | 1

Mes 2



Kit de Sueño | 2

Mes 3



Kit de Sueño | 3





Programa de Bienestar Respiratorio

Abre, expande y limpia.

Respirar bien es esencial para la vida. El Programa de Bienestar Respiratorio fomenta la sensación de que las vías respiratorias están despejadas y ofrece apoyo para que sientas que estás respirando con facilidad.*

Mes 1



Mes 2



Mes 3



Personaliza tu plan de bienestar

Consulta los productos que te ayudarán a lograr tus objetivos de salud y experimentar cambios notables en cómo te sientes.

En la página siguiente, crea tu plan de bienestar de 90 días y registra cada producto para meses futuros en la lista de deseos que está en los espacios proporcionados.

<p>NUTRICIÓN Y DIGESTIÓN</p>	<p>Alimenta, apoya y fortifica</p>  <p><input type="checkbox"/> dōTERRA Lifelong Vitality Pack® <input type="checkbox"/> dōTERRA a2Z Chewable™ <input type="checkbox"/> IQ Mega® <input type="checkbox"/> dōTERRA Greens</p>	<p>Apoyo a la digestión</p>  <p><input type="checkbox"/> DigestZen TerraZyme® <input type="checkbox"/> PB Assist® <input type="checkbox"/> PB Assist® Jr <input type="checkbox"/> Fibras dōTERRA®</p>	<p>Programas y kits de bienestar seleccionados</p>  <p><input type="checkbox"/> Kit de Hábitos Diarios <input type="checkbox"/> Programa Digestivo</p>	
<p>MOVIMIENTO Y METABOLISMO</p>	<p>Calma y energiza</p>  <p><input type="checkbox"/> Deep Blue® <input type="checkbox"/> MitozMax® <input type="checkbox"/> Cápsulas Blandas de Copaiba <input type="checkbox"/> Cápsulas de Cúrcuma</p>	<p>Apoya la fuerza y el metabolismo</p>  <p><input type="checkbox"/> Slim & Sassy® <input type="checkbox"/> Proteína dōTERRA</p>	<p>Programa de Alivio</p>  <p><input type="checkbox"/> Programa de Alivio</p>	
<p>DESCANSO Y CONTROL DEL ESTRÉS</p>	<p>Apoya el sueño y el descanso</p>  <p><input type="checkbox"/> Lavanda <input type="checkbox"/> dōTERRA Serenity® <input type="checkbox"/> Cápsulas Blandas dōTERRA Serenity® <input type="checkbox"/> Difusor Volo® <input type="checkbox"/> dōTERRA Peace® <input type="checkbox"/> Madera de Cedro</p>	<p>Manejo del estrés y el estado de ánimo</p>  <p><input type="checkbox"/> dōTERRA Cheer® <input type="checkbox"/> Abeto Negro <input type="checkbox"/> Adaptiv® <input type="checkbox"/> Citrus Bliss® <input type="checkbox"/> dōTERRA Balance®</p>	<p>Programa para la Mente y Estado de Ánimo</p>  <p><input type="checkbox"/> Programa para la Mente y Estado de Ánimo</p> <p>Programa de Sueño</p>  <p><input type="checkbox"/> Programa de Sueño</p>	
<p>REDUCIR LA CARGA TÓXICA</p>	<p>Apoya la limpieza</p>  <p><input type="checkbox"/> Limón <input type="checkbox"/> Cápsulas Blandas Zendocrine® <input type="checkbox"/> Cuidado bucal</p>	<p>Cuidado personal natural</p>  <p><input type="checkbox"/> Cuidado Esencial de la Piel <input type="checkbox"/> Milenrama Granada <input type="checkbox"/> Cuidado del Cabello</p>	<p>Cuidados naturales en el hogar</p>  <p><input type="checkbox"/> dōTERRA® abode™</p>	<p>Kit de Limpieza y Restauración</p>  <p><input type="checkbox"/> Kit de Limpieza y Restauración</p>
<p>AUTOCUIDADO INFORMADO</p>	<p>Protege y restora</p>  <p><input type="checkbox"/> dōTERRA On Guard® <input type="checkbox"/> DigestZen® <input type="checkbox"/> Menta <input type="checkbox"/> Árbol de Té <input type="checkbox"/> Incienso <input type="checkbox"/> ClaryCalm® <input type="checkbox"/> Correct-X®</p>		<p>Programa Respiratorio</p>  <p><input type="checkbox"/> Programa Respiratorio</p> <p>Programa de Inmunidad</p>  <p><input type="checkbox"/> Programa de Inmunidad</p>	



Consulta de Bienestar

1 Escribe tus prioridades de salud y encuentra soluciones.

Principales prioridades de salud para ti y tu familia	Soluciones naturales que tienes	Soluciones naturales que necesitas
1	1	1
2	2	2
3	3	3



Consulta de Bienestar

2 Crea tu plan de bienestar diario.

Comienza con los hábitos diarios fundamentales que se enumeran a continuación. Luego agrega las soluciones naturales que necesitas y organízalas en tu plan diario.

	MAÑANA	TARDE	NOCHE
SUPLEMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> dōTERRA Lifelong Vitality Pack®* (2 Alpha CRS+®, 2 Microplex VMz®, 2 xEO Mega®) M <input type="checkbox"/> 1-2 DigestZen TerraZyme® M 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> dōTERRA Lifelong Vitality Pack®* (2 Alpha CRS+®, 2 Microplex VMz®, 2 xEO Mega®) M <input type="checkbox"/> 1-2 DigestZen TerraZyme® M 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1-2 DigestZen TerraZyme® M <input type="checkbox"/> 1-2 PB Assist+® a la hora de acostarte
ACEITES ESENCIALES	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1-3 gotas de Limón en agua <input type="checkbox"/> 2 gotas de Incienso en las plantas de los pies o debajo de la lengua <input type="checkbox"/> 2 gotas de dōTERRA Balance® en las plantas de los pies 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 1-3 gotas de Limón en agua <input type="checkbox"/> Difunde 4 -5 gotas de dōTERRA On Guard® <input type="checkbox"/> Aplica Deep Blue® Rub después del entrenamiento 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 2 gotas de Incienso en las plantas de los pies o debajo de la lengua <input type="checkbox"/> 2 gotas de dōTERRA Balance® en las plantas de los pies <input type="checkbox"/> Aplica Deep Blue® Rub donde sea necesario <input type="checkbox"/> Difunde 3-5 gotas de Lavanda a la hora de acostarte

*Al comenzar con dōTERRA Lifelong Vitality Pack®, comienza con la mitad de la dosis durante dos semanas

M con comida



Consulta de Bienestar

3 ¿Qué otras opciones de bienestar podrían respaldar tus objetivos?
(por ejemplo, ingesta de agua, sueño, ejercicio, cambios en la dieta)



Consulta de Bienestar

4 Vive empoderado con soluciones naturales.

Crea un plan de bienestar de 90 días agregando el producto que necesitas a tus pedidos de lealtad (se recomienda ejecutar entre el 5 y el 15).

MES 1 DE LRP	FECHA: <input type="text" value="/"/>	MES 2 DE LRP	FECHA: <input type="text" value="/"/>	MES 3 DE LRP	FECHA: <input type="text" value="/"/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
VP TOTAL	<hr/>	VP TOTAL	<hr/>	VP TOTAL	<hr/>

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.



Haz que el bienestar sea completo

El Programa Vitalidad Vitalicia de dōTERRA hace que dar el primer paso en el camino hacia una vida de bienestar sea conveniente y asequible. Estos nutrientes esenciales se pueden combinar perfectamente con cualquiera de los Programas de Bienestar o tus aceites esenciales par a maximizar los resultados.



Alpha CRS+® Complejo de Vitalidad Celular contiene poderosos polifenoles que protegen las células de los radicales libres, que pueden dañar el ADN celular, las mitocondrias y otras estructuras celulares críticas.*



xEO Mega® contiene ácidos grasos esenciales ultra puros y otros nutrientes solubles en grasa que brindan muchos beneficios sistémicos, incluido el apoyo a la salud cardíaca, circulatoria, cerebral y celular.*



Microplex VMz® es una fórmula equilibrada de vitaminas esenciales y minerales biodisponibles, cuidadosamente formulada para brindar niveles óptimos de micronutrientes clave que respaldan las funciones energéticas e inmunitarias.*



La forma más inteligente de comprar

Para obtener mayores ahorros y oportunidades de recibir productos gratuitos, crea un pedido de lealtad.



Compra dōTERRA Lifelong Vitality Pack®
y elige hasta 3 suplementos adicionales a precios reducidos



Microplex VMz



xEO Mega



Mito2Max®



Deep Blue Polyphenol Complex®



DigestZen TerraZyme®



PB Assist+®



Kit para niños IQ Mega® y a2z Chewable™

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.





Programa de Recompensas por Lealtad

Gana productos de tu elección gratis

El Programa de Recompensas por Lealtad (LRP) de dōTERRA proporciona un envío mensual automático de los productos que usas regularmente. Si tu pedido de lealtad contiene al menos 50 VP*, inmediatamente comienzas a ganar puntos de productos que se pueden usar como efectivo para recibir productos de dōTERRA gratis. Cuanto más tiempo participes, más puntos podrás ganar: ¡hasta el 30% del total de tus compras mensuales de LRP!

*VP (Volumen Personal): Este es un valor numérico asignado a cada producto. Se utiliza como calificador para comisiones, rango y promociones. Los productos comprados con puntos no tienen VP.

Preguntas frecuentes sobre el Programa de Recompensas por Lealtad

¿Cómo puedo obtener productos gratis?



¿Cómo puedo obtener el 30% de regreso en puntos de productos gratis?

Tu porcentaje del Programa de Recompensas por Lealtad crece con el tiempo y comienza el primer mes en que realizas un pedido de Lealtad de 50 VP o más que califique. Aumentará un 5% cada tres meses cuando tus pedidos superen los 50 VP hasta alcanzar el máximo del 30%.

¿Cómo puedo aprovechar al máximo las ofertas de dōTERRA?

Realiza un pedido de Lealtad de al menos 125 VP (Volumen personal) entre el 5 y el 15 del mes. Esto te prepara para recibir el Producto del Mes gratis y aprovechar las promociones. Presta atención al VP, junto al precio, ya que muchas ofertas especiales están relacionadas con el VP y comienzan el primer día del mes.

EL VALOR DEL PRODUCTO (VP) DEBE EXCEDER	1	50	100	125
Mantienes los puntos LRP ganados anteriormente	●	●	●	●
Ganas puntos de productos LRP (para usar en productos gratuitos) y aumenta el porcentaje del 10% al 30%		●	●	●
Calificas para ganar comisiones			●	●
Obtienes envío gratis			●	●
Recibes el Producto del mes gratis (pedidos realizados entre el 1 y el 15)				●

¿Cómo creo un nuevo pedido de LRP?

Inicia sesión en doterra.com. Haz clic en "Crear nuevo pedido de LRP" o edita los productos en una plantilla de pedido de LRP existente.

¿Cómo puedo obtener envío gratis en mis pedidos?

Todos los pedidos de lealtad e inscripción con más de 100 VP calificarán para el envío gratis. Si un pedido de lealtad o inscripción se realiza con menos de 100 VP, dōTERRA otorgará cinco puntos del Programa de Recompensas de envío (SRP). Los puntos de productos SRP se pueden usar en futuros pedidos de dōTERRA.

¿Cuándo puedo usar mis puntos de producto?

Canjea tus puntos de producto en cualquier momento dentro de un año desde que los ganaste.

¿Cómo puedo canjear mis puntos LRP?

En tu carrito de compras virtual, selecciona "usar puntos" en los productos que deseas canjear con tus puntos LRP. Los nuevos puntos se agregan el día 15 del mes siguiente después de cada pedido.

¿Puedo tener más de un pedido de lealtad?

Si. Si necesitas más que tu pedido mensual, simplemente cambia tu plantilla de LRP y vuelve a ejecutarla el día del mes que elijas, o puedes realizar tantos pedidos como desees. Recuerda cancelar cualquier pedido que no desees recibir el mes siguiente.

¿Cómo puedo cancelar mi orden de lealtad?

Puedes cancelar tu pedido de lealtad en cualquier momento por teléfono, chat en línea o correo electrónico a service@doterra.com. El servicio de atención al cliente de dōTERRA puede ayudarte a canjear los puntos de productos gratuitos que hayas acumulado antes de la cancelación para que no los pierdas. Si cancelas tu pedido de lealtad, comenzarás de nuevo con un 10% de recompensas cuando reanudes la compra constante con el pedido de lealtad.

¿Qué pasa si quiero devolver productos?

dōTERRA reembolsa el 100% de cualquier producto sin abrir dentro de los 30 días posteriores a la compra y el 90% del precio de compra si se abrió o usó.

Consejos esenciales

Eficacia



Usa tu guía de referencia para encontrar soluciones a las prioridades o inquietudes de salud a medida que surjan.



Diferentes aceites esenciales funcionan para diferentes personas. Cuando no obtengas los resultados deseados, prueba diferentes aceites o métodos de aplicación.



Masajea para aumentar los beneficios y promover una rápida absorción.



Prueba diferentes métodos de aplicación: aplica debajo de la lengua o en la planta de los pies, la columna vertebral o el ombligo.



Usa aceites tópicamente con aceite de Coco Fraccionado para disfrutar de una mayor absorción sostenida.

Seguridad



Evita el contacto con los ojos, el interior de la nariz y las orejas.



Diluir con aceite de Coco Fraccionado para pieles sensibles y absorción sostenida. Consulta las pautas de sensibilidad de dōTERRA. Para mayor comodidad, la línea dōTERRA Tópico tiene aceites prediluidos.



Evita la exposición al sol durante al menos 12 horas después de aplicar tópicamente aceites de Limón, Naranja Silvestre, Bergamota, Lima, Toronja u otros aceites cítricos.



Lee las etiquetas y sigue las recomendaciones.

Mejores prácticas



Mantén tus productos en su mejor estado evitando la exposición a temperaturas extremas o la luz solar directa.



Usa recipientes de vidrio con tus aceites esenciales, ya que pueden descomponer algunos plásticos con el tiempo.



Los aceites esenciales de dōTERRA son potentes. Usa cantidades más pequeñas con más frecuencia para obtener mejores resultados.

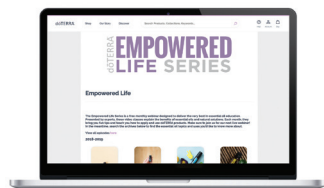


Aprende más

#de Miembro _____

Contraseña _____

Ingresa a [doterra.com](https://www.doterra.com).



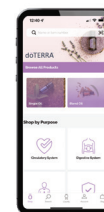
Serie Vida Empoderada
[doterra.com/US/es/empowered-life-series](https://www.doterra.com/US/es/empowered-life-series)
Mira esta serie de seminarios para seguir aprendiendo formas en las que puedes usar tus productos.



Podcast Mejora Tu Vida con dōTERRA
Suscríbete para aprender las mejores formas de usar los aceites esenciales.



Aprende más y obtén excelentes ideas:
[doterra.com/US/es/magazines/doterra-living](https://www.doterra.com/US/es/magazines/doterra-living)



Usa la aplicación dōTERRA Shop para hacer pedidos en línea fácilmente.



Obtén una guía de referencia de aceites esenciales o una aplicación móvil.



Tu apoyo clave _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Otro apoyo _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Próximas clases y eventos locales o en línea _____

Chat en vivo
doterra.com

Correo electrónico
service@doterra.com

USA:
Envíanos un mensaje de texto
ahora a 343-57

Estados Unidos:
+1 800-411-8151

Australia:
+61 (02) 8015-5080

UK:
+44 2033180064

Llamada de equipo/Sitio web/Grupo(s) de Facebook



Cada botella hace la diferencia

El uso constante de los productos dōTERRA puede cambiar tu vida, así como la vida de los cultivadores y sus familias en todo el mundo. Cada gota de aceite esencial representa manos que han nutrido la tierra para nuestro beneficio.



Comparte con los que amas.

Cambia la vida de los demás

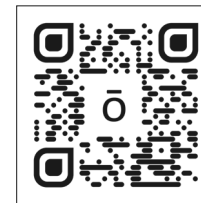
Organiza una clase de dōTERRA para servir a tus amigos y familiares.



Construye un ingreso y haz un impacto.

Cambia tu futuro

Crea ingresos recurrentes y una mayor libertad compartiendo y empoderando a otros con soluciones naturales.



Los resultados no son típicos. Los ingresos medios son menores. Mira el Resumen de Divulgación de Oportunidades y Ganancias actual en [doterra.com](https://www.doterra.com) > Distribuidores > Folletos.

