

Spearmint (hierbabuena) dōTERRA® | COSTA RICA

Mentha spicata 15 mL

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



Aplicación: A T I S

Parte de la planta: Planta

Método de extracción: Destilación por arrastre de vapor

Descripción aromática: Dulce, mentolado, fresco

Componentes químicos principales: Carvone, limonene

BENEFICIOS PRIMARIOS

- Puede apoyar un sistema digestivo saludable si se ingiere
- Incorporarlo en hábitos de trabajo y estudio eficaces
- Limpia la boca y promueve el buen aliento

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

La hierbabuena es una planta perenne que crece de 30 a 100 centímetros de altura y florece en climas templados. Es ampliamente usada en chicles, dulces y productos dentales por su sabor mentolado, y para promover el buen aliento. La hierbabuena ha sido usada internamente por siglos por sus beneficios digestivos. Su aroma dulce y refrescante es edificante, lo cual la hace ideal para difundirla al trabajar o estudiar. La hierbabuena es muy diferente de la menta, ya que es una opción más suave para usarla tópicamente en niños y personas de piel hipersensible. Al cocinar, la hierbabuena es frecuentemente usada en ensaladas, bebidas y postres, pero también puede usarse en un aderezo casero para ensaladas y para marinar carnes.

USOS

- Para usar con difusor eléctrico disolver 1-3 gotas en el agua de la cámara e inhalar en caso de rinitis o mareo.
- Aplícala en el cepillo de dientes antes de cepillarte para refrescar el aliento.
- Añade una o dos gotas a cualquier postre, bebida, ensalada o plato principal para darles sabor y mejorar la digestión.
- Para el malestar estomacal ocasional, echa una o dos gotas en 250 mL de agua y bébela.

PRECAUCIONES

Ver las Instrucciones de uso y Precauciones en la etiqueta del producto.

