

# Lavanda

*Lavandula angustifolia* 15mL

dōTERRA® | COSTA RICA

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



**Aplicación:** A T I

**Parte de la planta:** Flor

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

**Descripción aromática:** Talcoso, floral, ligero

**Componentes químicos principales:** Linalool, Linalyl acetate, Ocimene

## BENEFICIOS PRIMARIOS

- Ayuda a aliviar sentimientos de tensión
- Sedante natural en caso de nerviosismo
- Antiséptico y anticicatrizante natural
- Lavender (lavanda) calma el sistema digestivo y puede ayudar a reducir la hinchazón y la flatulencia

## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

La lavanda ha sido usada y apreciada por siglos debido a su inconfundible aroma y sus miles de beneficios. En tiempos antiguos, los egipcios y romanos usaban la lavanda para bañarse, relajarse, cocinar y perfumarse. Sus propiedades calmantes y relajantes, si se ingiere, continúan siendo los atributos más notables de Lavender (lavanda). Agrégalo al agua de la bañera para darte un baño relajante o aplícatelo en las sienes y la nuca. Echa unas gotas de Lavender (lavanda) en almohadas, ropa de cama o plantas de los pies y disfruta de un sueño nocturno reparador. Debido a sus versátiles propiedades, el aceite de Lavender (lavanda) es considerado como un producto que debe mantenerse en todo momento al alcance de la mano.

## USOS

- Mantén un frasco de Lavender (lavanda) a mano para aliviar irritaciones ocasionales de la piel.
- Si se ingiere, Lavender (lavanda) reduce sentimientos de ansiedad y promueve el sueño reparador.
- Aplícalo sobre cicatrices para ayudar a alisarlas.
- Usa el aceite de Lavender (lavanda) para reducir el malestar estomacal y la flatulencia cuando te sientas nervioso.
- Lavender (lavanda) trabaja como sedante natural para calmar y relajar el sistema nervioso.

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

