

# Black Spruce (Pícea Negra)

*Picea mariana* 5 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PÁGINA DE INFORMACIÓN  
DEL PRODUCTO



CPTG™

**Parte de la planta:** rama/hoja

**Método de extracción:** destilación al vapor

**Descripción aromática:** balsámico, verde, afrutado, amaderado

**Principales componentes químicos:** acetato de bornilo,  $\alpha$ -pineno, canfeno,  $\delta$ -3-careno

## PRINCIPALES BENEFICIOS

- Proporciona alivio calmante a la piel
- Favorece sentimientos de relajación y calma
- Calma las irritaciones menores de la piel

## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Históricamente los nativos americanos utilizaban la pícea negra para mejorar la salud de la piel y durante sus prácticas de sanación espiritual y purificación, se trata de un potente aceite esencial de madera. Se destila a partir de las agujas y las ramas del árbol pícea mariana, el aceite esencial pícea negra tiene alto contenido en acetato de bornilo, un componente químico que favorece la relajación y la calma. Comienza tu día con los beneficios calmantes de pícea negra, tanto tópicamente como aromáticamente. Después de practicar ejercicio intenso, o cuando tu cuerpo necesite apoyo tópico, masajea pícea negra en la piel junto con un aceite portador para disfrutar de un masaje calmante y reconfortante. También puedes aplicarlo en la parte de atrás del cuello durante el día para fomentar sentimientos de armonía y equilibrio.

## USOS

- Después de una sesión de ejercicio intenso, combinar 1 o 2 gotas de pícea negra con aceite de coco fraccionado y masajear en la piel para calmar y reconfortar.
- Aplicar tópicamente para ayudar a calmar irritaciones menores en la piel.
- Prueba añadirlo en tu hidratante para ayudar a reducir la aparición de machas y fomentar una piel de aspecto sano.

## INSTRUCCIONES DE USO

Para masajes: mezclar 5 gotas con 10 ml de aceite base. Para baños: mezclar 5 gotas con 5 ml de aceite base. Para perfumar: mezclar 1 gota con 10 gotas de aceite base.

## PRECAUCIONES

Posible sensibilidad de la piel. Mantener fuera del alcance de los niños. Si estás embarazada, en periodo de lactancia, o bajo supervisión médica, consulta con tu profesional de la salud. Evitar el contacto con los ojos, el oído interno y las áreas sensibles.

