

Basil (albahaca)

Ocimum basilicum 15 mL

dōTERRA® | GUATEMALA

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



Aplicación: A T I P

Parte de la planta: Hoja

Método de extracción: Destilación por arrastre de vapor

Descripción aromática: Cálido, especiado, herbario

Componentes químicos principales: Linalool, 1,8-cineole (eucalyptol), bergamotene

BENEFICIOS PRIMARIOS

- Mantiene la piel con una apariencia limpia, clara y saludable
- Promueve la agudeza mental y reduce sentimientos de ansiedad si se difunde
- Puede ayudar a aliviar el malestar femenino mensual
- Apoya la salud de los sistemas cardiovascular y nervioso si se ingiere



DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Basil (albahaca) tiene un aroma cálido pero herbáceo conocido por reducir sentimientos de ansiedad. Brinda grandes beneficios tanto a la mente como al cuerpo, debido a su alto contenido de linalool, por lo que es ideal para ayudar a reducir sentimientos de tensión si se aplica en las sienes y en la nuca. El aceite de albahaca (Basil) es comúnmente usado en la cocina para dar un fresco sabor a carnes, pastas y entrantes; y además se usa para refrescar la piel. Su aroma ayuda a promover una sensación de concentración y una experiencia de alivio del estrés.

USOS

- Difúndelo para promover una sensación de concentración mientras estudias o lees.
- Combina Basil (albahaca) con aceites esenciales de Geranium (geranio) y Wild Orange (naranja silvestre) para disfrutar de un masaje edificante.
- Agrégalo a tus platos italianos favoritos para darles un sabor refrescante.
- Mézclalo con 1-2 gotas de aceite esencial de Wintergreen (gaulteria) y aplícalo en la nuca para disfrutar de una sensación de calma y relajamiento.
- Toma 1 gota para ayudar a aliviar el dolor menstrual.

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