

Cardamom (cardamomo)

Elettaria cardamomum 5 mL

dōTERRA® | GUATEMALA

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



Aplicación: A T I P

Parte de la planta: Semilla

Método de extracción: Destilación por arrastre de vapor

Descripción aromática: Especiado, frutal, cálido, balsámico

Componentes químicos principales: α -Terpinyl acetate, linalyl acetate, 1,8-cineole (eucalyptol)

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Pariete cercano del jengibre, el cardamomo (Cardamom) tiene un largo historial como especia de cocina y por sus variados beneficios para el sistema digestivo. El cardamomo (Cardamom) se usa comúnmente para ayudar a calmar el malestar estomacal ocasional. Su singular aroma puede promover un estado de ánimo positivo. La ingestión de cardamomo (Cardamom) también tiene un efecto profundo sobre el sistema respiratorio debido a su alto contenido de 1,8-cineol, que promueve la respiración despejada y la salud respiratoria. Originario del sureste de Asia, el cardamomo (Cardamomo) es tradicionalmente agregado a dulces y té indios por su aroma y sabor fresco y mentolado. El aceite esencial de cardamomo (dōTERRA Cardamom) se extrae de semillas cultivadas en Guatemala, usando nuestras estrictas normas de prueba Certificado como Puro y de Grado Terapéutico (CPTG[®], por sus siglas en inglés). A través de un arreglo de abastecimiento colaborativo y responsable, nos es posible tener un impacto considerable en las vidas de socios locales, asegurando que estas comunidades agrícolas disfruten de mejoras en su estilo de vida.

USOS

- Úsalo internamente como parte de tu régimen de salud diario para apoyar la salud de la función gastrointestinal.
- Agrégalo a panes, licuados, carnes y ensaladas para mejorar su sabor y ayudar con la digestión.
- Difúndelo o inhálalo para disfrutar de una sensación de apertura y claridad mental.

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

BENEFICIOS PRIMARIOS

- Puede ayudar a aliviar la indigestión y mantener la salud gastrointestinal general
- Promueve la salud respiratoria y despeja las vías aéreas
- Es una especia sabrosa para cocinar y hornear

