

# Ginger (jengibre)

Zingiber officinale 15mL

dōTERRA® | GUATEMALA

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



**Aplicación:** A T I S

**Parte de la planta:** Raíz

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

**Descripción aromática:** Picante, especiado

**Componentes químicos principales:**  
 $\alpha$ -zingiberene,  $\beta$ -sesquiphellandrene

## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Con nuevos suministros obtenidos en Madagascar, el aceite esencial de Ginger (jengibre) se extrae del rizoma fresco de la planta del mismo nombre —el tallo subterráneo de una planta cuyo sistema radical sale del suelo. Ingrediente común en muchas comidas asiáticas, el jengibre tiene un sabor especiado y fragante si se usa como especia de cocina. En la tradición occidental se usa más a menudo en dulces —por ejemplo, el pan y las galletas de jengibre. La ingestión de jengibre es bien conocida como ayuda digestiva y para ayudar a aliviar la indigestión y náusea ocasionales. El aceite esencial de jengibre (Ginger) también puede aplicarse tópicamente o inhalarse para disfrutar de su relajante aroma.

## USOS

- Durante un largo viaje en automóvil, difunde o échate una gota de jengibre (Ginger) en la palma de la mano e inhala.
- Aplícalo en la parte baja del abdomen para dar un masaje calmante.
- Usa aceite esencial de jengibre (Ginger) para dar sabor a tus comidas favoritas dulces y saladas.

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

## BENEFICIOS PRIMARIOS

- Puede ayudar a apoyar la digestión saludable
- Puede ayudar a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional
- Puede ayudar a reducir la náusea ocasional

