

# Oregano

*Origanum vulgare* 15 mL

dōTERRA® | GUATEMALA

HOJA INFORMATIVA DEL PRODUCTO



**Aplicación:** A T I D

**Parte de la planta:** Hoja

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

**Descripción aromática:** Herbáceo, agudo, verde, alcanforado

**Componentes químicos principales:** Carvacrol, thymol

## BENEFICIOS PRIMARIOS

- Apoya la salud del sistema inmunitario, la digestión y la función respiratoria si se usa internamente
- Ofrece poderosos antioxidantes si se ingiere

## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Oregano (orégano) es uno de los aceites esenciales más potentes y poderosos, y ha sido usado por siglos en prácticas de salud tradicionales por sus propiedades limpiadoras e inmuno-fortalecedoras. El componente químico principal del aceite de orégano es el carvacrol, un fenol que posee propiedades antioxidantes si se ingiere. Debido a su alto contenido de fenoles, se debe tener cuidado al inhalar o difundir Oregano (orégano); solo se necesita 1 o 2 gotas. Además, Oregano (orégano) debe diluirse con un aceite portador antes de aplicarlo a la piel. La ingestión de una gota diaria puede ayudar a mantener la salud de la función inmunitaria; el aceite de Oregano (orégano) puede tomarse más frecuentemente cuando las amenazas estacionales son altas o según sea necesario para aumentar el apoyo al sistema inmunitario. Además de ser una popular especia de cocina, el Oregano (orégano) contribuye a la salud de las funciones digestiva y respiratoria si se ingiere. El aroma del aceite de Oregano (orégano) actúa como mejorador y equalizador de mezclas de aceites esenciales.

## USOS

- Toma una gota en una cápsula vegetal o en cuatro onzas de líquido diariamente para mantener la salud de la función inmunitaria.
- Toma 1 o 2 gotas en una cápsula vegetal para apoyar la salud de la función respiratoria.
- Usa una gota en lugar de orégano desecado en la salsa para espagueti, salsa para pizza o en un asado.

## PRECAUCIONES

Aplicarlo tópicamente o diluye 1 gota de aceite esencial con 10 gotas de aceite de coco fraccionado. Evite el contacto con los ojos, la parte interna de los oídos, la cara y otras áreas delicadas.

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

