

# Incienso

(Frankincense) *Boswellia frereana*

Aceite esencial 15 mL



SKU: 30070608



## QUÍMICA DEL ACEITE ESENCIAL



**Parte de la planta:** Resina de *Boswellia Carterii*, *frereana*, *papyrifera* y *sacra*



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



**Componentes químicos principales:**  $\alpha$ -pineno, limoneno,  $\alpha$ -tujeno



**Descripción aromática:** Cálido / Especiado / Limpio



## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Conocido como El Rey de los Aceites Esenciales, el Incienso dōTERRA® tiene una gran variedad de usos y beneficios que lo convierten en uno de los más preciados y renombrados aceites esenciales.

Históricamente el Incienso se ha utilizado por algunas religiones por considerarlo muy valioso, entre ellas destacan los babilonios y asirios que lo usaban durante las ceremonias para difundir aromáticamente como ofrenda religiosa; mientras que los egipcios masticaban la resina para combatir el mal aliento y aliviar molestias en la boca; civilizaciones como la griega y romana, lo mezclaban con bálsamo para fabricar ungüentos.

Actualmente la fragancia exótica del Incienso, es de gran importancia en la aromaterapia; éste es tan versátil que se combina perfectamente con aceites esenciales cítricos como Lima, Limón, Bergamota, Toronja, Naranja Amargo y Naranja Silvestre y otros como Ciprés, Lavanda, Geranio, Rosa, Sándalo, Jazmín, Ylang Ylang y Clary Sage.

Al difundirlo aromáticamente en tu hogar, oficina, o simplemente al usarlo sobre la piel, su esencia te ayudará a promover sentimientos de satisfacción, paz, relajación y bienestar general.

Es muy utilizado en el desarrollo de perfumes y productos cosméticos por su aroma y efectos positivos sobre la piel. Éste aceite esencial, se convertirá en uno de los básicos en tu hogar porque además de sus usos tópicos y aromáticos, de forma interna coadyuva con el sistema nervioso, inmunológico, digestivo y promueve la activación celular.

Así que cuando no sepas que aceite esencial usar, *iUsa Incienso!*

## PRINCIPALES USOS Y BENEFICIOS



Aplicar 1- 2 gotas de forma sublingüal al empezar el día para coadyuvar con el sistema inmune, nervioso y digestivo. También puedes ingerirlo en cápsulas vegetales.



Mezclar 15 gotas de Incienso, 15 de Toronja y 30 de Abeto de Douglas o Abeto Siberiano en una botella de vidrio con spray y rellenar con agua para obtener un aromatizante de un increíble aroma!



Difundir aromáticamente al hacer una meditación matutina; la difusión del Incienso durante estas experiencias te ayudará a enfocar tus propósitos del día y promover sentimientos de relajación.



Agregar de 1-20 gotas de Incienso en un atomizador de vidrio y rellenar con agua para rociar sobre la alfombra, muebles o en cualquier espacio del hogar que requiera de un ambiente pacífico.



Crear una mascarilla casera con arcilla bentonita, vinagre de sidra e Incienso para el cuidado facial. Aplicar una vez por semana para obtener los beneficios revitalizantes del Incienso sobre el rostro y dejar la piel con un brillo y fresca deslumbrantes.



Agregar un par de gotas de Incienso en la crema hidratante de manos para usar cada vez que se experimenten la sensación de resequedad por el ambiente, esto ayudará a humectarlas y mejorar su aspecto seco.



Aplicar 1-2 gotas en las sienes y en la parte posterior del cuello para aumentar la concentración y enfoque durante actividades de meditación.



Agrega 1-2 gotas de Incienso y Naranja Silvestre en un vaso de vidrio con agua e ingerirlo para coadyuvar con la función respiratoria adecuada.



## INSTRUCCIONES DE USO



**Uso aromático:** Difusión. Utilizar 3 - 4 gotas en el difusor



**Uso interno:** Diluir 1 gota de este aceite por cada 4 oz. (120 mL) de líquido



**Uso tópico:** Aplicar 1 - 2 gotas en la zona deseada, diluidas en Aceite Fraccionado de Coco para minimizar cualquier sensibilidad de la piel



## PRECAUCIONES

- Mantener fuera del alcance de los niños
- Evitar el contacto con los ojos, interior del canal auditivo y zonas de la piel con sensibilidad
- Consultar a su médico antes de consumir cualquier producto especialmente las mujeres embarazadas, en lactancia o personas que se encuentren bajo algún tratamiento médico
- Los productos dōTERRA® no son medicamentos o remedios herbolarios, su uso es responsabilidad de quien los consume
- Posible sensibilidad en la piel



## ANTECEDENTES

### Descripción de la planta

El Incienso es una gomorresina procedente de los árboles de *Boswellia*, que se extrae haciendo una incisión en los troncos de los árboles para que ésta fluya, se raspe o se recolecte a medida que gotea en el suelo. Cuando la resina es secretada del árbol, se forman pequeños granulos secos cuyo diámetro no rebasa los 2 cm y que al contacto con el fuego desprenden una aromática esencia.

El aceite esencial de Incienso es destilado de esta resina; existen docenas de especies de este árbol, pero sólo cuatro producen el verdadero aceite esencial. dōTERRA® utiliza las especies *carterii*, *frereana*, *sacra* y *papyrifera*.

El árbol de *Boswellia* puede medir hasta 8 metros y comúnmente crece en laderas rocosas y en las montañas de la costa sur de Etiopía, el norte de Somalia, el sudoeste de Omán y el sur de Yemen; se caracteriza por su corteza delgada, ramas enmarañadas y hojas agrupadas, sus troncos a menudo tienen más de un tallo; sin embargo, algunos tienen un solo tronco que puede producir un par de libras de resina anualmente. Cuando se cuidan adecuadamente, pueden producir resina durante cientos de años.

A través de las iniciativas Cō-Impact\*, dōTERRA® ha dedicado sus esfuerzos para extraer la resina delicadamente y obtener el mejor aceite esencial. Además de estas prácticas sustentables, dōTERRA® también está dirigiendo un estudio sobre los árboles de Incienso, para investigar los efectos de la sequía y de la recolección. Este estudio es el primero de su tipo en Somalia.

\* Consulta más sobre las iniciativas Co-Impact en [https://www.doterra.com/MX/es\\_MX/difference-co-impact-sourcing](https://www.doterra.com/MX/es_MX/difference-co-impact-sourcing)

## Química del aceite esencial

El aceite de Incienso contiene una mezcla rica en monoterpenos tales como *alfa-pineno*, *limoneno*, *alfa-tujeno* y *beta-pineno*. Esta mezcla de componentes funciona en conjunto para producir un aceite con muchos usos y beneficios renovadores. Los monoterpenos contribuyen a las propiedades aromáticas del aceite de Incienso, incluida su capacidad para promover la relajación y sentido de enfoque.

**Alpha-Pineno:** Es el monoterpeno que proporciona a los pinos su aroma distintivo. Pero no solo se encuentra en la esencia de las plantas coníferas, también es el principal componente químico de los aceites esenciales de **Romero, Incienso, Ciprés, Baya de Enebro, Helicriso**, e incluso la **Naranja Silvestre**. Investigaciones recientes sugieren que el *alfa-pineno* puede tener beneficios para la salud bucal y de la piel; además de poder respaldar la función adecuada de los sistemas inmunitario y respiratorio. La investigación clínica sugiere que el *alfa-pineno* puede coadyuvar con la función pulmonar y respiratoria cuando se ingiere internamente, especialmente cuando se combina con *limoneno*.

**Limoneno:** Monoterpeno cíclico que es el principal componente químico de varios aceites esenciales como el **Incienso, Pimienta Negra, Hierbabuena y Eneldo** además de los **aceites cítricos**. Es principalmente conocido por sus poderosas propiedades de limpieza. La investigación experimental ha sugerido que el *limoneno* puede apoyar la función celular y respiratoria cuando se usa de forma interna.

**Alpha-tujeno:** Es un compuesto orgánico natural que se puede encontrar en muchos aceites esenciales, en especial en el de **Incienso y Eucalipto**. Se clasifica como un monoterpeno de sabor acre y aroma herbal. Como muchas otras sustancias derivadas de las plantas, este tiene una propiedad repelente de insectos; dado que las plantas a menudo son el objetivo de los insectos y es su forma de autoprotegerse. También muestra posibles propiedades antiinflamatorias.

**Beta-Pineno:** Es un monoterpeno, que se encuentra en las plantas. Tiene un papel como metabolito vegetal, su olor es amaderado y aporta sabor a la planta o especia; se encuentra principalmente en el aceite de cáscara de **Limón, Jengibre, Hinojo, Romero y Salvia (Clary Sage)**. El tema común de los terpenos es que se sabe que aumentan el enfoque mental y la energía. Actúan como un antiséptico tópico y broncodilatador. Una de las razones por las que los pinenos son tan poderosos es su capacidad para cruzar la barrera hematoencefálica y coadyuvan para mejorar la memoria.

**Acetato de Bornilo:** Es el principal componente químico del aceite esencial de **Abeto Siberiano**, pero también se encuentra presente en pequeñas cantidades en los aceites esenciales **Abeto de Douglas, Ciprés, Romero, Incienso y Juniper Berry (Baya de Enebro)**. El *acetato de bornilo* se clasifica químicamente como un éster monoterpeno. El acetato es conocido por su capacidad calmante y relajante sobre la piel y los tejidos. En un ensayo clínico (consultar Bibliografía), la inhalación de acetato de bornilo indujo la relajación del sistema nervioso autónomo y redujo los niveles de excitación durante y después del trabajo frente a una computadora.

## Cō-Impact Sourcing®

La cosecha de la resina de Incienso es una costumbre que se ha llevado a cabo durante miles de años. Este delicado proceso requiere una planificación cuidadosa y una destreza precisa; todo el proceso lleva más de cinco meses para completarse. Los recolectores deben viajar largas distancias, dejando atrás a sus familias y comunidades, con frecuencia ocupan las cuevas de la zona para vivir ahí mientras cosechan la resina. Una vez cosechada, se limpia, se separa y se organiza cuidadosamente (por tamaño y color); esta labor es generalmente realizada por las mujeres.

A pesar del largo y difícil proceso de recolección, los recolectores a menudo no pueden vender sus resinas por un precio justo, debido a esto una gran parte de los árboles disponibles en Somalia no se han cosechado.

La iniciativa de dōTERRA® y Cō-Impact Sourcing ofrece a los recolectores de Incienso salarios justos y pagos puntuales (incluidos los prepagos de alimentos y efectivo distribuidos durante el año) por cosecharlo y clasificarlo. Este acuerdo proporciona un ingreso mucho más estable y confiable para los cosechadores y sus familias.

En dōTERRA®, atesoramos la antigua y poderosa resina de Incienso y nos enorgullecemos de obtenerla de una manera que protege tanto los árboles como los medios de vida de los recolectores. La colaboración estrecha que se ha formado con los Ancianos de los Clanes de la región de Sanaag, las múltiples comunidades recolectoras y nuestros cuidados nos han llevado a aparecer en un artículo de Associated Press, en la que textualmente se cita a dōTERRA® como “la única compañía que realmente se preocupa por la sostenibilidad”.



## ESTUDIOS

En un estudio reciente, los científicos de dōTERRA® investigaron el efecto del aceite esencial de Incienso sobre las células de la piel humana utilizando el sistema de fibroblastos dérmicos BioMAP®.

El sistema BioMAP es un método de biología molecular usado en este caso para examinar la actividad celular de la piel humana tras exponerla al aceite esencial de Incienso. Se realizaron dos grupos de muestras para inducir una respuesta celular *in vitro* que imitara una respuesta de la inflamación celular *in vivo*; una de las muestras se expuso al aceite esencial de Incienso y otra no. Las células de ambos grupos se abrieron de golpe y el lisado (contenido celular) se analizó mediante dos métodos. Un método fue un ensayo inmunoabsorbente ligado a enzimas (ELISA), una prueba que mide los niveles de una proteína específica. Las proteínas de interés en éste estudio fueron biomarcadores que se sabe que están regulados positivamente (producidos en exceso) en una célula con condiciones inflamatorias.

Se descubrió que las células expuestas al Incienso tenían niveles significativamente más bajos de tres biomarcadores en comparación con las células no expuestas al aceite esencial. Estas células tenían niveles significativamente más bajos de proteína 10, inducida por el interferón gamma (IP-104), colágeno III y molécula de adhesión celular intracelular 1 (ICAM-1), todas ellas involucradas en la inflamación y remodelación tisular. También tenían niveles ligeramente más bajos de PAI-I, inhibidor de la serina proteinasa e inhibidor del activador del plasminógeno tisular (tPA ) y la uroquinasa (uPA), ambas involucradas en la remodelación de tejidos.

En un experimento de análisis de microarrays de ARN\*, se midieron los niveles de 21,224 secuencias

de ARN. Los genes identificados a partir de los resultados de la micromatriz de ARN, indicaron que las vías de señalización relacionadas con la inflamación, la cicatrización y la respuesta inmune, tuvieron una amplia respuesta en las células expuestas al aceite esencial de Incienso.

En conjunto, los resultados de estos experimentos sugieren que el aceite esencial de Incienso favorece la respuesta inmune y apoya la respuesta inflamatoria favorable en las células de la piel.

\*Los análisis de microarrays de ARN son una herramienta que permite medir los niveles de diferentes transcripciones de ARN mensajeros. Los niveles de ARN dan una estimación aproximada de los niveles de diferentes proteínas. Las secuencias de ARN mensajero se crean directamente a partir de genes en el ADN de una célula y el ARN contiene instrucciones para los ribosomas (máquinas moleculares que sintetizan las proteínas de la célula).



## ENCUENTRA INCIENSO EN OTROS PRODUCTOS DOTERRA



## BIBLIOGRAFÍA

- [www.doterra.com/US/en/blog/spotlight-frankincense-oil](http://www.doterra.com/US/en/blog/spotlight-frankincense-oil)
- [www.doterra.com/US/en/frankincense-oil](http://www.doterra.com/US/en/frankincense-oil)
- [www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-kings-of-skin-care-frankincense-jasmine](http://www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-kings-of-skin-care-frankincense-jasmine)
- [www.doterra.com/US/en/blog/product-spotlights-in-defense-of-frankincense](http://www.doterra.com/US/en/blog/product-spotlights-in-defense-of-frankincense)
- [www.doterra.com/US/en/how-can-i-talk-about-frankincense-oil-in-a-compliant-way](http://www.doterra.com/US/en/how-can-i-talk-about-frankincense-oil-in-a-compliant-way)
- [www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-using-on-guard-frankincense-for-self-care](http://www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-using-on-guard-frankincense-for-self-care)
- [www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-winter-2018-ask-dr-hill](http://www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-winter-2018-ask-dr-hill)
- [www.doterra.com/US/en/difference-co-impact-sourcing-frankincense](http://www.doterra.com/US/en/difference-co-impact-sourcing-frankincense)
- [www.doterra.com/US/en/differencecoimpactsourcingfrankincense](http://www.doterra.com/US/en/differencecoimpactsourcingfrankincense)
- [www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-winter-2014-2015-essential-oil-spotlight-frankincense](http://www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-winter-2014-2015-essential-oil-spotlight-frankincense)
- [www.doterra.com/US/en/co-impact-hhf-somaliland](http://www.doterra.com/US/en/co-impact-hhf-somaliland)
- [www.doterra.com/US/en/blog/product-spotlight-ongoing-work-in-somalia](http://www.doterra.com/US/en/blog/product-spotlight-ongoing-work-in-somalia)
- [www.doterra.com/US/en/co-impact-hhf-somalia-health-clinic](http://www.doterra.com/US/en/co-impact-hhf-somalia-health-clinic)
- [www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-chemistry-frankincense-essential-oil](http://www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-chemistry-frankincense-essential-oil)
- [www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-alpha-pinene](http://www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-alpha-pinene)
- [www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-constituent-spotlight-limonene](http://www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-constituent-spotlight-limonene)
- [www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-frankincense-study](http://www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-frankincense-study)
- [www.doterra.com/US/en/blog/diy-postpartum-soothing-spray](http://www.doterra.com/US/en/blog/diy-postpartum-soothing-spray)
- [www.doterra.com/US/en/blog/diy-soothing-salve](http://www.doterra.com/US/en/blog/diy-soothing-salve)
- [www.doterra.com/US/en/blog/diy-holiday-room-spray](http://www.doterra.com/US/en/blog/diy-holiday-room-spray)
- [www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-bornyl-acetate](http://www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-bornyl-acetate)
- [www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-oils-for-bruises](http://www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-oils-for-bruises)
- [www.doterra.com/US/en/blog/diy-razor-relief-serum](http://www.doterra.com/US/en/blog/diy-razor-relief-serum)
- [www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-summer-2018-natures-diaper-bag](http://www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-summer-2018-natures-diaper-bag)
- [www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-essential-oil-substitutions](http://www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-essential-oil-substitutions)
- [www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-Summer-2017-fun-in-the-sun](http://www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-Summer-2017-fun-in-the-sun)
- [www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-using-wood-oils](http://www.doterra.com/US/en/blog/healthy-living-using-wood-oils)
- [www.doterra.com/US/en/blog/diy-trick-or-treat-roller-blend](http://www.doterra.com/US/en/blog/diy-trick-or-treat-roller-blend)