

# Jengibre (Zingiber officinale)

## Ginger 15 mL

dōTERRA® México

PÁGINA DE INFORMACIÓN DE PRODUCTO



Aplicación



Parte de la planta Raíz.

Método de extracción Destilación por arrastre de vapor.

Descripción aromática:

Especiado, térreo, dulce, intenso.

Principales componentes químicos:

Alpha -zingibereno, beta sesquifelandreno

### PRINCIPALES INGREDIENTES Y BENEFICIOS

- El zingibereno es el compuesto predominante en el aceite esencial de Jengibre al cual se debe su potente aroma y sabor.
- El  $\beta$ -sesquifelandreno es un sesquiterpeno que tiene efectos físicos energéticos, pero también tiene cualidades relajantes en el sistema digestivo.

Jengibre  
Ginger 15 mL

SKU: 31630608

### DESCRIPCIÓN DE PRODUCTO

El jengibre es una planta de la familia de las *zingiberáceas*, pariente del cardamomo y la cúrcuma. Procedente de Asia, el jengibre es una planta vivaz con un rizoma resistente que emite un característico aroma especiado, picante y penetrante, con un toque ligeramente dulzón. El aceite esencial de Jengibre dōTERRA® se cultiva en Madagascar e Indonesia bajo las iniciativas Co-impact®. Se requieren aproximadamente 500 gramos de la raíz para destilar 15 mL del aceite esencial.

El aceite de Jengibre tiene propiedades agradables al estómago que funcionan como un digestivo. Esta conocida especia es un ingrediente destacado en la preparación de curry, sopas y salteados, con una tradición milenaria dentro de las prácticas ayurvédicas para el bienestar. Su potente aroma energizante ayuda a disipar la fatiga y el aburrimiento. Tópicamente su efecto de calor al contacto con la piel, puede ser beneficioso para dar masajes en las articulaciones.

### USOS

- Difundir una gota de Jengibre y Limón para amenizar el ambiente.
- Agregar una gota de Jengibre y una de Hinojo en la palma de la mano y aplicar un masaje en el bajo vientre para sentir bienestar.
- Agregar una gota de Jengibre en un vaso de vidrio con agua y tomar después de los alimentos para coadyuvar a la digestión.
- Agregar una gota de Jengibre a la masa antes de hornear para darle un toque de sabor.

### INSTRUCCIONES DE USO

**Uso aromático / Difusión:** Utilizar de 3 a 4 gotas en el difusor.

**Uso tópico\*:** Aplicar de 1 a 2 gotas en el área deseada.

**Uso interno:** Mezclar 1 gota por cada 120 mL de líquido.

### PRECAUCIONES DE USO

\*En pieles sensibles diluir con Aceite Fraccionado de Coco, se recomienda realizar una prueba de sensibilidad en una zona del antebrazo. Mantener fuera del alcance de los niños. Consultar a su médico antes de consumir este producto especialmente las mujeres embarazadas, en lactancia o personas que se encuentren bajo algún tratamiento médico. Evitar el contacto con los ojos, interior del canal auditivo y zonas de la piel con sensibilidad.