dōTERRA™

PURIFICAÇÃO DE 30 DIAS

O regime Purificação de 30 dias dōTERRA é um ótimo ponto de partida para ajudar a iniciar a sua viagem dōTERRA. O regime está dividido em três fases: **Ativar**, **reiniciar** e **renovar**. Abaixo encontra-se uma cronologia que indica os produtos a tomar durante o regime inteiro (dias 1 a 30) e os que devem ser tomados em cada fase. À medida que se familiariza com os produtos, pode personalizar este regime para satisfazer as suas necessidades específicas.

Limão

Um dos óleos essenciais mais vendidos da dōTERRA, o Limão, tem vários benefícios e utilizações. Esta é uma excelente adição para o regime Purificação de 30 dias.

• Adicione 2 gotas a 240 ml de água 5 vezes por dia para perfazer um total de 10 gotas.

DIAS 1 a 30

xEO Mega™

O xEO Mega™ contém uma fórmula revolucionária que combina óleos essenciais CPTG™ com ácidos gordos ómega marinhos e carotenoides. Contém EPA e DHA, que contribuem para o funcionamento normal do coração.

Microplex VMz™

A fórmula inclui uma mistura equilibrada de vitaminas A, C e E e um complexo de vitaminas B. O Microplex VMz™ também contém minerais quelatados como cálcio, magnésio e zinco.

Alpha CRS™+

O Alpha CRS™+ contém uma mistura própria e exclusiva da dōTERRA que inclui poderosos polifenóis e extratos botânicos naturais.

Terrazyme™

O Terrazyme™ é uma combinação própria de enzimas que costuma faltar na dieta moderna. A Terrazyme ajuda-o a usufruir dos benefícios de uma dieta saudável assegurando que o seu corpo recebe os nutrientes de que necessita.

Zendocrine™ Complex

O Complexo Zendocrine dōTERRA contém uma mistura própria de extratos de alimentos integrais formulada para ser administrada mediante um sistema patenteado de libertação de enzimas.

DIAS 1-10 ATIVAR

Cápsulas Moles Zendocrine™

As cápsulas moles Zendocrine™ contêm a Mistura Restauradora Zendocrine dōTERRA, uma mistura própria com os óleos essenciais de Tangerina, Alecrim, Gerânio, Baga de Zimbro e Coentro (folha).

DIAS 11-20 REINICIAR

GX Assist™

As cápsulas moles GX Assist™ são uma combinação de óleos essenciais CPTG Certified Pure Tested Grade™ e ácido caprílico. O GX Assist contém óleos essenciais de Oregão, Árvore do Chá, Limão, Erva Limão, Hortelã-Pimenta e Tomilho.

DIAS 21-30 RENOVAR

dōTERRA PB Restore™

O PB Restore foi formulado como um suplemento fundamental para beneficiar o seu organismo. Apresenta uma fórmula única de 30 prebióticos, probióticos e pós-bióticos.

Cápsulas Moles DDR Prime™

O DDR Prime™ inclui os óleos essenciais de Incenso, Laranja Selvagem, Litsea, Tomilho, Cravinho, Segurelha-de-verão, Niaouli e Erva Limão. As Cápsulas Moles DDR Prime constituem um método fácil e prático de consumir a mistura de óleos essenciais DDR Prime.

©2024 dōTERRA Holdings LLC | doterra.com | 30 Day Cleanse | PT | 25072024

dōTERRA™

PURIFICAÇÃO DE 30 DIAS

DIA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
xEO Mega™ Tome 2 cápsulas moles com as refeições, de manhã e à noite, para perfazer um total de 4.	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
Microplex VMz™ Tome 2 cápsulas moles com as refeições, de manhã e à noite, para perfazer um total de 4.	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
Alpha CRS™+ Tome 2 cápsulas moles com as refeições, de manhã e à noite, para perfazer um total de 4.	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
Terrazyme™ Tome 1 cápsula com cada refeição para perfazer um total de 3.	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
Zendocrine™ Complex Tome 2 cápsulas por dia.	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○
Zendocrine™ Softgels Tome 1 cápsula mole com as refeições, de manhã e à noite, para perfazer um total de 2.	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○																				
GX Assist™ Tome 1 cápsula mole ao jantar.											○	○	○	○	○	○	○	○	○	○										
dōTERRA PB Restore™ Tome 1 cápsula por dia, antes da refeição.																					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
DDR Prime™ Softgels Tome 1 cápsula mole com as refeições, de manhã e à noite, para perfazer um total de 2.																					○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○

DIAS 1 a 30

DIAS 1-10 ATIVAR

DIAS 11-20 REINICIAR

DIAS 21-30 RENOVAR

©2024 dōTERRA Holdings LLC | doterra.com | 30 Day Cleanse | PT | 25072024