

Solo para uso en los Estados Unidos

ō

# VIVE

El estilo de vida dōTERRA



# Transforma tu salud

Bienvenido a la diferencia dōTERRA, donde cambiar vidas es la norma y mejorar tu salud es nuestra máxima prioridad. Utiliza esta guía para descubrir los poderosos beneficios de los aceites esenciales y crear un plan de bienestar que se mantenga.



# Vive un estilo de vida de bienestar

La Pirámide de Estilo de Vida de Bienestar de dōTERRA ilustra la asociación entre el estilo de vida y la atención médica. Cuando el estilo de vida es el enfoque, la salud se logra y se mantiene de forma natural. A medida que uses estos poderosos productos y vivas hábitos diarios saludables, experimentarás nuevos niveles de plenitud.

Imagina una vida en la que encontrar soluciones sea simple. Con una guía de referencia de aceites esenciales y una caja de aceites esenciales dōTERRA CPTG® al alcance de tu mano, estarás preparado para abordar el 80% de tus prioridades de salud. Para aquellos momentos en los que necesites atención adicional, asóciate con profesionales que te ayuden a encontrar las mejores soluciones naturales comprobadas.



Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

Gran parte de la evidencia que respalda estas afirmaciones se basa en estudios preclínicos. Se necesita más investigación que lo confirme, y dōTERRA está comprometido con la ciencia y la investigación de los aceites esenciales.

# Nutrición y digestión

**Dale a tu cuerpo lo que necesita para prosperar.** Todo comienza con una nutrición diaria óptima y apoyo digestivo. Los suplementos de alimentos integrales de dōTERRA son un compañero ideal para tus aceites esenciales.



## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Come alimentos enteros y frescos.
- Disminuye el consumo de azúcar, cafeína, lácteos y alimentos procesados.



## Nutrición



**dōTERRA Lifelong Vitality Pack®**  
Ofrece micronutrientes biodisponibles cruciales y apoyo celular.\*



### **dōTERRA Proteína**

La mezcla de proteínas premium apoya la construcción de músculo, el control del apetito y la recuperación después de los entrenamientos\*. Disponible en chocolate, vainilla y vegano.

*Mezcla con una bebida preferida o agrégalo a tu batido diario.*



### **dōTERRA Greens (Frutas y Verduras)**

Disfruta de esta mezcla sabrosa y nutritiva de superalimentos, nutrientes esenciales y fibra dietética de origen responsable.



### **dōTERRA azz Chewable™ y IQ Mega®**

Comienza el día de tus hijos con una excelente nutrición a medida que crecen y se desarrollan.

## Digestión



### **DigestZen TerraZyme®**

Apoya la digestión saludable y los procesos metabólicos con enzimas de alimentos integrales.\*



### **PB Assist+® y PB Assist® Jr**

Brinda una flora intestinal saludable y apoyo inmunológico.\*



### **dōTERRA Fibra**

Apoya la digestión saludable regular.\* También ayuda a optimizar el control del apetito y los niveles de azúcar en la sangre que ya son saludables.\*

### MALTEADA VERDE

- ½ plátano, congelado
- ½ taza de arándanos o fresas congelados
- 2 puñados de espinacas chicas o col rizada
- 1 ½ tazas de leche de almendras y vainilla, sin azúcar
- 1 cucharada de Proteína dōTERRA
- 1 cucharada de dōTERRA Greens
- 1 cucharadita de IQ Mega® (opcional)

Combina todos los ingredientes en una licuadora.

### AVENA

Agrega Corteza de Canela, dōTERRA On Guard® o Naranja Silvestre a tu avena.

### LAVAR LOS ALIMENTOS

Quita los pesticidas, gérmenes y los residuos de los alimentos llenando el fregadero con agua fría, ½ taza de vinagre blanco y 6 gotas de aceite esencial de Limón. Remoja las frutas y verduras y luego enjuágalo.

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

# Movimiento

**Tu cuerpo está hecho para el movimiento.** El ejercicio regular fortalece los músculos y apoya los sistemas cardiovasculares, circulatorio y linfático. Los aceites esenciales y los suplementos favorecen a una mayor flexibilidad y alivian la sensación de tensión en el cuerpo. Juntos, ambos pueden mejorar tu capacidad para mantenerte activo y fuerte.



## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Haz tiempo para 30 minutos o más de movimiento diario.
- Estirate o practica yoga para aumentar la flexibilidad.



## Movimiento

### MALTEADA DE PROTEÍNA DE CHOCOLATE Y MENTA

1 taza de agua de coco o leche de almendras  
1 medida de Proteína de Chocolate de dōTERRA  
1 gota de aceite esencial de Menta Hielo (al gusto)  
Mezclar todos los ingredientes hasta que quede suave.

### MALTEADA DE PROTEÍNA DE BAYAS Y NARANJA

1 taza de agua de coco o leche de almendras  
1 cucharada de Proteína de Vainilla de dōTERRA  
1 taza de bayas congeladas  
1 plátano  
3 gotas de aceite esencial de Naranja Silvestre  
Hielo (al gusto)  
Mezclar todos los ingredientes hasta que quede suave



#### Crema Deep Blue®

Brinda un efecto calmante en la espalda, los hombros, el cuello, las rodillas, los pies y otras áreas de interés.

*Aplicar antes y después del ejercicio o actividad para facilitar el movimiento y la recuperación.*



#### Barra Deep Blue® + Copaiba

Analgésico tópico que ofrece alivio temporal de molestias y dolores menores asociados con artritis, esquiñes, torceduras y moretones.

*Aplicar a cualquier área de preocupación según sea necesario.*



#### Deep Blue Polyphenol Complex® (Complejo Polifenólico)

Alivia dolores, molestias y apoya la función muscular y articular.\*

*Toma de 1 a 3 cápsulas al día con las comidas o toma 2 cápsulas para apoyo adicional.*



#### Mito2Max®

Un complejo de energía y resistencia que apoya la producción de energía celular saludable y promueve una circulación saludable.\*

*Tomar 1 cápsula con el desayuno y la comida. Úsalo como un sustituto natural de las bebidas con cafeína.*



#### Cápsulas de Cúrcuma de Doble Compartimiento

Apoya una respuesta inflamatoria saludable en el cuerpo.\*

*Toma 1 cápsula con el desayuno y otra con la cena para apoyar un estilo de vida activo.*



#### Cápsulas Blandas de Copaiba

Apoya el funcionamiento saludable del sistema cardiovascular y una respuesta inflamatoria saludable en el cuerpo.\*

*Toma 1 cápsula blanda según sea necesario.*

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

# Metabolismo

**Tu salud metabólica y tu edad biológica son inseparables.** A medida que envejeces, también lo hace tu función metabólica. Tu metabolismo influye en tu energía, peso, composición corporal, calidad del sueño y cognición. Cuanto más fuerte y saludable sea tu función metabólica, mejor te sentirás de adentro hacia afuera. Utiliza el completo sistema MetaPWR™ de 3 pasos para optimizar tu salud metabólica y vivir tu vida más poderosa.

## RUTINA METABÓLICA DIARIA

Combina los productos MetaPWR™ con una dieta integral bien balanceada para optimizar los resultados.

### DESAYUNO

- Batido de Proteína dōTERRA® con Fibra y Frutas y Verduras
- 1 sobre de la Ventaja Metabólica MetaPWR™ en una botella agitadora
- 1 Cápsula Blanda MetaPWR™ o de 2 a 4 gotas de la mezcla en agua

### COMIDA

- 1-2 cápsulas de DigestZen TerraZyme® con comida nutritiva de alimentos integrales
- 1 Cápsula Blanda MetaPWR™ o de 2 a 4 gotas de la mezcla en agua

### CENA

- 1 cápsula de Asistencia Metabólica MetaPWR™ 15-30 minutos antes de la comida integral más grande
- 1-2 cápsulas de DigestZen TerraZyme®
- 1 Cápsula Blanda MetaPWR™ o de 2 a 4 gotas de la mezcla en agua

### HORA DE ACOSTARTE

- 1 Cápsula Blanda MetaPWR™ (opcional)

## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Consume una dieta de alimentos integrales, muévete con más frecuencia y concéntrate en dormir bien.
- Utiliza suplementos inteligentes para complementar los esfuerzos específicos de la salud metabólica.

dōTERRA®

MetaPWR™

Advantage  
with Collagen + NMN

Lemon-Orange Flavor  
and other natural flavors

Dietary Supplement  
90 Sachets | Net wt 6.34 oz / 180 g

©2022 dōTERRA. All rights reserved. dōTERRA is a registered trademark of dōTERRA. All other trademarks are the property of their respective owners.

# dōTERRA® MetaPWR™



## PASO 1: FRENA LOS ANTOJOS, REDUCE LAS CÉLULAS DE GRASA<sup>†</sup>

### Mezcla Metabólica MetaPWR™—15mL, Cápsulas Blandas, Perlas, Chicle para la Saciedad

Ayudan a mantener una función metabólica saludable, frenar los antojos, promover una alimentación consciente y controlar el apetito, e inhibe la maduración o el crecimiento de las células grasas adiposas cuando se ingiere.\*<sup>†</sup>



**Cápsulas Blandas:**  
*Toma 1 cápsula blanda una o más veces al día.*



**Perlas:**  
*Disuelve de 1 a 2 en la boca.*



**Mezcla de aceite:**  
*Agrega de 2-4 gotas al agua una o más veces al día.*



**Chicle para la Saciedad de MetaPWR™**  
*Mastica 1 o más piezas al día para ayudar a controlar el apetito y no comer en exceso.\**

## PASO 2: REGULA LOS ALTOS Y BAJOS



### Asistencia Metabólica MetaPWR™

Ayuda a mantener niveles óptimos de energía durante todo el día, reduce la digestión de carbohidratos y apoya la regulación del azúcar en la sangre que ya se encuentra en el rango normal.\*<sup>†</sup>

*Toma 1 cápsula al día 15-30 minutos antes de la comida principal.*

## PASO 3: LUCE MEJOR Y SIÉNTETE MÁS JOVEN



### Ventaja Metabólica MetaPWR™

Ayuda a respaldar un metabolismo saludable, retardar los signos del envejecimiento metabólico,<sup>†</sup> prolongar el periodo de salud y mejorar la elasticidad, la densidad y la firmeza de la piel.\*

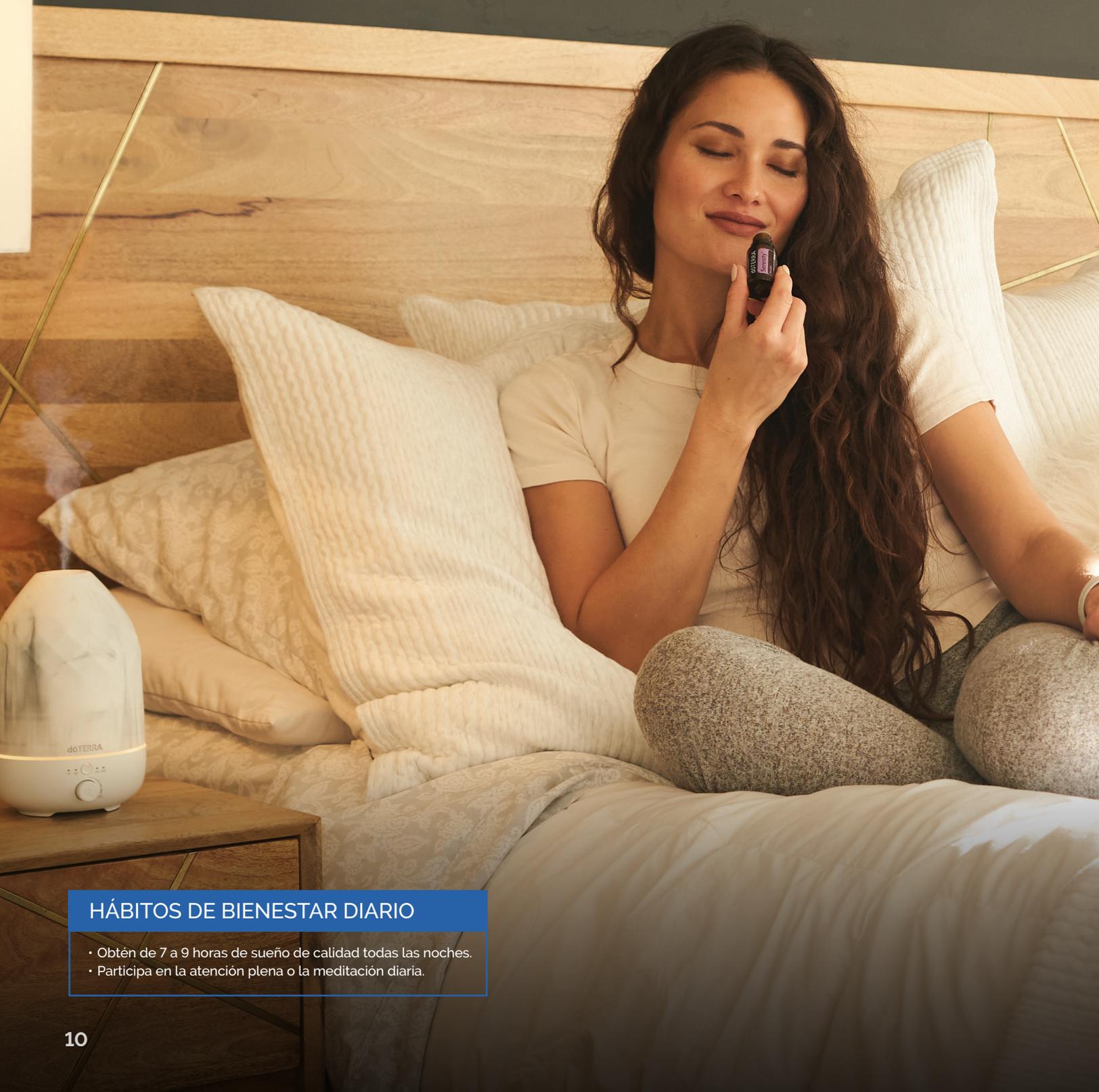
*Toma 1 sobre al día con una bebida fría de tu elección y agítalo bien.*

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

# Descanso y control del estrés

Los aceites esenciales brindan un apoyo dinámico para obtener un sueño de calidad constante y controlar el estrés. Crea un ambiente donde tu sueño le dé a tu cuerpo la oportunidad de repararse y renovarse. Elige soluciones para seguir sintiéndote bien y mantenerte centrado sin importar lo que te depara la vida.



## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Obtén de 7 a 9 horas de sueño de calidad todas las noches.
- Participa en la atención plena o la meditación diaria.



## Da prioridad al descanso



### dōTERRA Serenity® y Lavanda

Coloca 1 o 2 gotas sobre tu almohada para tener sueños tranquilos.



### Cápsulas Blandas dōTERRA Serenity®

Toma 1 o 2 cápsulas blandas antes de acostarte para un sueño profundo y rejuvenecedor.\*



### dōTERRA Peace® y Madera de Cedro

Masajea de 1-3 gotas en los pies y la frente al final de un día largo para un aroma calmante y relajante instantáneo.



### Calmer®

Aplicalo sobre la nuca y el pecho como parte de un relajante ritual nocturno.

## SALES DE BAÑO RELAJANTES

1 taza de sales de Epsom  
10 gotas de dōTERRA Balance®, dōTERRA Serenity® o Lavanda

Mezcla y vierte en tu baño.



## Maneja el estrés



### Citrus Bliss®

Pon una gota en la palma de tu mano e inhala para un rápido estímulo. Difundir para un ambiente edificante.



### Abeto Negro

Difundir para crear un ambiente estable.



### dōTERRA Balance®

Aplicar en las plantas de los pies para comenzar el día. Difundir para crear un espacio tranquilizador y reconfortante durante momentos exigentes o difíciles.



### dōTERRA Cheer®

Aplicar en las muñecas o en los puntos de pulso para un alegre impulso de felicidad y positividad en tu entorno durante todo el día.

Considera usar otros aceites esenciales de dōTERRA Emotional Aromatherapy® según lo desees.

## El Sistema Adaptiv®



La Mezcla Calmante Adaptiv es la respuesta durante los momentos más exigentes de la vida. Difúndelo o aplica para crear una atmósfera relajante. Las Cápsulas Adaptiv combinan productos botánicos clínicamente estudiados con una mezcla de aceites esenciales para ayudarte a adaptarte a situaciones estresantes.\*

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

# Reduce la exposición tóxica

Apoya las vías naturales de desintoxicación de tu cuerpo experimentando la limpieza de 30 días de dōTERRA. La limpieza ocasional puede mejorar tu metabolismo,\* respaldar tus esfuerzos para lograr un peso saludable,\* mejorar tu función digestiva\* y aumentar tu energía.\*

Descarga el programa de limpieza de 30 días de dōTERRA.



## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Bebe 8 o más vasos de agua al día.
- Usa aceites cítricos en tu agua diariamente para una limpieza suave y natural.



# Experimenta la limpieza de 30 días de dōTERRA

1-30 DÍAS



MAXIMIZA LA NUTRICIÓN Y APOYA LA LONGEVIDAD

**dōTERRA Lifelong Vitality Pack®**

Toma 2 cápsulas de cada suplemento con el desayuno y la cena.



APOYA UNA DIGESTIÓN Y METABOLISMO SALUDABLE\*

**DigestZen TerraZyme®**

Toma 1-2 cápsulas con cada comida al día.



LIMPIA Limón

Agrega 3 gotas al agua potable 3 veces al día.



**Complejo Desintoxicante Zendocrine®**

Toma 1-2 cápsulas con las comidas de la mañana y la tarde.

1-10 DÍAS



APOYA ÓRGANOS FILTRANTES\*

**Cápsulas Blandas de Zendocrine®**

Toma 1-2 cápsulas blandas dos veces al día.

11-20 DÍAS



LIMPIA EL TRACTO INTESTINAL\*

**GX Assist®**

Toma 1 cápsula blanda con la cena.

21-30 DÍAS



APOYA LA FUNCIÓN DIGESTIVA SALUDABLE Y LA INMUNIDAD\*

**PB Assist+®**

Toma 3 cápsulas con la cena o antes de acostarte.



APOYA LA SALUD CELULAR\*

**Cápsulas Blandas DDR Prime®**

Toma 1-2 cápsulas blandas con las comidas dos veces al día.



**Kit de Limpieza y Restauración**

Estos productos de limpieza están disponibles en el práctico Kit de Limpieza y Restauración con descuento.

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

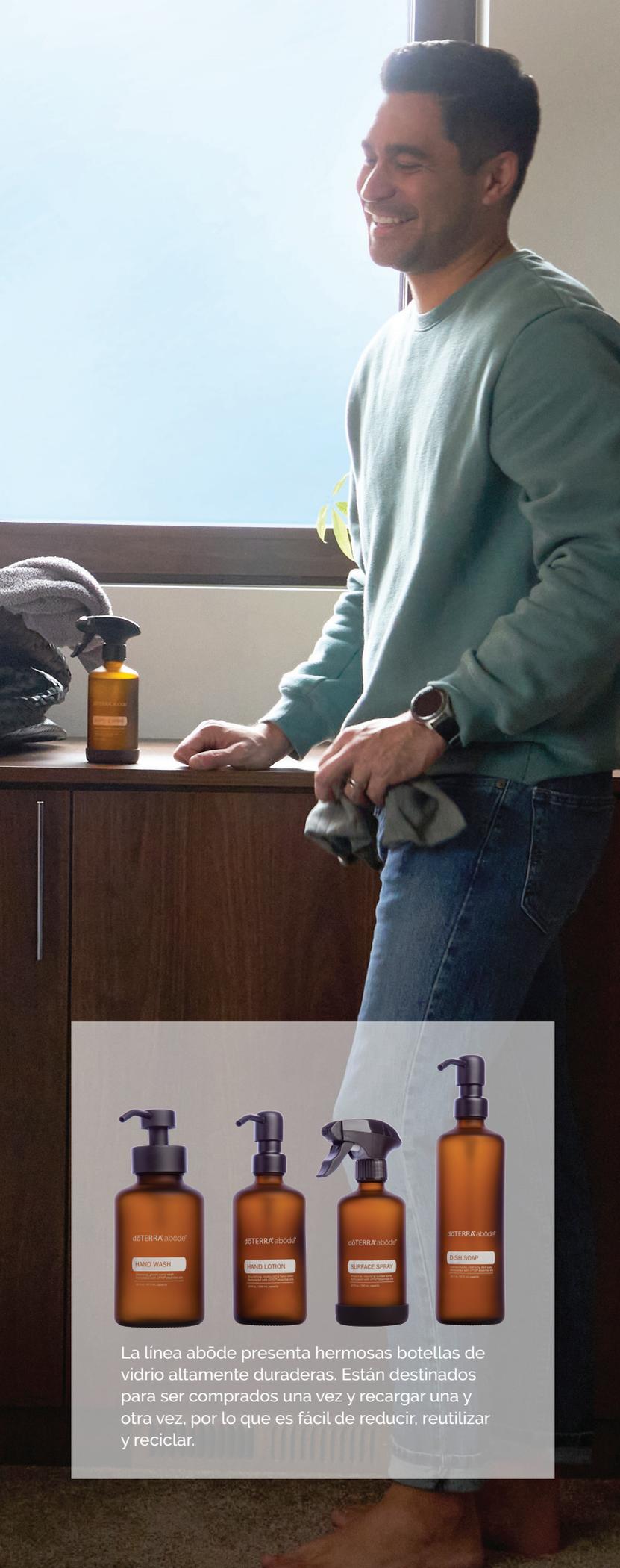
# Cuidados naturales en el hogar

**Un hogar limpio no tiene por qué ser a costa de tu salud.**

Se más ecológico reemplazando los productos sintéticos con limpiadores seguros, a base de plantas, no tóxicos y naturales que contienen aceites esenciales puros CPTG®.

## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Elimina los productos de limpieza a base de químicos.
- Usa limpiadores y detergentes seguros y naturales.



**dōTERRA® abōde™**

Una y otra vez, los aceites esenciales superan a los sintéticos cuando se trata de purificar cualquier superficie o espacio. Libres de fosfatos, ftalatos, colorantes, sulfatos y cloro, estos productos de origen vegetal vienen en envases reciclables, utilizan enzimas naturales y cuentan con la mezcla refrescante abōde para brindar un aroma fresco y natural y brindar resultados efectivos.



**Mezcla Refrescante  
dōTERRA abōde**

Una mezcla de aceites esenciales de alta potencia perfecta para hacer limpiadores caseros no tóxicos y refrescar el aire en cualquier espacio.



**abōde  
Espuma para Manos con Citrus Bloom®**

Efectivo contra las impurezas, dejando las manos frescas y limpias.



**abōde  
Loción para Manos con Citrus Bloom®**

Perfecto para aliviar la sequedad y ayudar a que las manos se sientan hidratadas y nutridas.



**abōde  
Cápsulas de Detergente para Lavavajillas  
y Jabón para Trastes**

Resistente a la grasa, deja platos, cristalería, ollas y sartenes relucientes.



**abōde  
Concentrado Limpiador de Superficie Multisusos**

Limpia de manera segura las superficies no porosas del hogar, incluso donde se preparan los alimentos.



**abōde  
Cápsulas de Detergente para Lavandería**

Suave con la ropa y fuerte con la suciedad, dejando cada carga fresca, limpia y brillante.



La línea abōde presenta hermosas botellas de vidrio altamente duraderas. Están destinados para ser comprados una vez y recargar una y otra vez, por lo que es fácil de reducir, reutilizar y reciclar.

# Cuidado personal natural

**No tienes que conformarte con ingredientes cuestionables en tu rutina de cuidado personal.** Evita aumentar la carga tóxica de tu cuerpo. En su lugar, elige productos seguros y naturales que proporcionen un estilo de vida más limpio. Reemplaza más productos sintéticos para el cuidado personal con opciones a base de aceites esenciales formulados naturalmente de dōTERRA.



## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Elimina los productos de cuidado personal a base de químicos.
- Usa productos seguros y naturales en tu rutina de cuidado personal.



### Cuidado Esencial de la Piel

Diseñado para satisfacer todas tus necesidades de antienvjecimiento y cuidado de la piel. Úsalo dos veces al día para mantener la piel saludable y con un aspecto joven.



### Colección Milenrama | Granada

Un poderoso enfoque botánico de tres capas para la belleza, por dentro y por fuera. Úsalo a diario para un brillo juvenil.



### dōTERRA® Cuidado del Cabello

Usa productos para el cabello premium infundidos con aceites esenciales: Champú Protector, Acondicionador Diario y Acondicionador Sin Enjuague u opciones de barras alternativas.



### Cuidado Bucal

Usa la Pasta Dental Blanqueadora Natural y el Enjuague Bucal de dōTERRA On Guard® por la mañana y por la noche para iluminar tu sonrisa de forma natural.



### dōTERRA® Sun Care

Protege tu cuerpo y tu piel con productos humectantes y efectivos libres de ingredientes agresivos.

# Autocuidado informado

**Acostúmbrate a usar las soluciones naturales de dōTERRA como tu primera línea de defensa.** Cuando surjan los desafíos de la vida, usa un libro de referencia confiable de aceites esenciales para buscar las posibilidades de soluciones al alcance de tu mano.

## Aceites para el camino



### LLAVERO DE 8 VIAL

*¡Empaca tus ocho aceites esenciales de uso más frecuente y prepárate para cualquier cosa!*

### FAVORITOS DEL LLAVERO

Lavanda	dōTERRA On Guard®
DigestZen®	Incienso
Menta	Deep Blue®
dōTERRA Breathe®	Árbol de Té

## HÁBITOS DE BIENESTAR DIARIO

- Recurre a soluciones naturales como tu primera línea de defensa.
- Consulta un libro de referencia de aceites esenciales para conocer las posibilidades.



**dōTERRA On Guard®**  
**Mezcla y Gel Desinfectante de Manos**  
Rocía la mezcla o aplica el gel desinfectante para manos de origen natural, 99% efectivo contra los gérmenes más comunes (consulta la lista en la etiqueta).



**dōTERRA On Guard+™**  
**Cápsulas Blandas y Grageas para la Garganta**  
Consume 1 o más cápsulas blandas o las grageas protectoras para la garganta según sea necesario para promover una función inmunológica saludable y aliviar la garganta seca.\*



**dōTERRA Breathe**  
Difunde, aplica o disfruta de una gragea para crear una sensación de respiración fácil y vías respiratorias abiertas.



**Correct-X®**  
Usa este ungüento natural para cualquier irritación leve de la piel.



**Lavanda**  
Aplicar tópicamente para calmar las irritaciones ocasionales de la piel.



**Menta**  
Aplicar para una sensación refrescante. Diluir según sea necesario.



**Árbol de Té**  
Para irritaciones ocasionales de la piel, aplica 1 o 2 gotas en el área afectada.



**ClaryCalm®**  
Frota esta mezcla mensual para mujeres en la parte inferior del abdomen y utilízalo con una almohadilla térmica.

Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

# Personaliza tu plan de bienestar

## NUTRICIÓN Y DIGESTIÓN

### Alimenta, apoya y fortifica



dōTERRA Lifelong Vitality Pack®



dōTERRA a2z Chewable™



IQ Mega®



dōTERRA® Greens



dōTERRA Proteína

## MOVIMIENTO Y METABOLISMO

### Calma y energiza



Deep Blue®



Mito2Max®



Cápsulas Blandas de Copaiba



Cápsulas de Cúrcuma

## DESCANSO Y CONTROL DEL ESTRÉS

### Apoya el sueño y el descanso



Lavanda



dōTERRA Serenity®



Cápsulas Blandas dōTERRA Serenity®



Difusor Volo®



dōTERRA Peace®



Calmer



Madera de Cedro

## REDUCE LA EXPOSICIÓN TÓXICA Y APOYA LA DESINTOXICACIÓN

### Apoya la limpieza



Limón



Cápsulas Blandas Zendocrine®



Cuidado bucal

### Cuidado personal natural



Cuidado Esencial de la Piel



Milenrama | Granada



Cuidado del Cabello

## AUTOCUIDADO INFORMADO

### Protege y restaura



dōTERRA On Guard®



dōTERRA Breathe®



DigestZen®



Peppermint



Consulta los productos que te ayudarán a lograr tus objetivos de salud y experimentar cambios notables en cómo te sientes.

En la página siguiente, crea tu plan de bienestar de 90 días y registra cada producto para meses futuros en la lista de deseos que esta en los espacios proporcionados.

### Apoyo a la digestión



- DigestZen TerraZyme®
- PB Assist+®
- PB Assist® Jr
- Fibra doTERRA®

### Kits y colecciones



- Kit de Hábitos Diarios

### Fortalece el metabolismo



- MetaPWR™
- Asistencia Metabólica MetaPWR™
- Ventaja Metabólica MetaPWR™



- Sistema MetaPWR™

### Manejo del estrés y el estado de ánimo



- doTERRA Cheer®
- Abeto Negro
- Adaptiv®
- Citrus Bliss®
- doTERRA Balance®



- Kit Calma y Armonía

### Cuidados naturales en el hogar



- Sun Care
- doTERRA® aböde™



- Kit de Limpieza y Restauración



- Árbol de Té
- Incienso
- ClaryCalm®
- Correct-X®



- Kit de Apoyo Inmunológico



# Haz que el bienestar sea completo

El Programa Vitalidad Vitalicia de dōTERRA® hace que dar el primer paso en el camino hacia una vida de bienestar sea conveniente y asequible. Estos nutrientes esenciales se pueden combinar perfectamente con cualquiera de los Programas de Bienestar o tus aceites esenciales para maximizar los resultados.



**Alpha CRS+® Complejo de Vitalidad Celular** contiene poderosos polifenoles que protegen las células de los radicales libres, que pueden dañar el ADN celular, las mitocondrias y otras estructuras celulares críticas.\*



**xEO Mega®** contiene ácidos grasos esenciales ultra puros y otros nutrientes solubles en grasa que brindan muchos beneficios sistémicos, incluido el apoyo a la salud cardíaca, circulatoria, cerebral y celular.\*



**Microplex VMz®** es una fórmula equilibrada de vitaminas esenciales y minerales biodisponibles, cuidadosamente formulada para brindar niveles óptimos de micronutrientes clave que respaldan las funciones energéticas e inmunitarias.\*

## La forma más inteligente de comprar

Para obtener mayores ahorros y oportunidades de recibir productos gratuitos, crea un pedido de lealtad.



**Compra un dōTERRA Lifelong Vitality Pack® o la Ventaja Metabólica MetaPWR™ y elige hasta 3 suplementos adicionales a precios reducidos**



Consulta las etiquetas individuales para conocer los ingredientes, las precauciones y las instrucciones de uso.

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no están destinados a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



# Programa de Recompensas por Lealtad

## Gana productos de tu elección gratis

El Programa de Recompensas por Lealtad (LRP) de dōTERRA proporciona un envío mensual automático de los productos que usas regularmente. Si tu pedido de lealtad contiene al menos 50 VP\*, inmediatamente comienzas a ganar puntos de productos que se pueden usar como efectivo para recibir productos de dōTERRA gratis. Cuanto más tiempo participes, más puntos podrás ganar: ¡hasta el 30% del total de tus compras mensuales de LRP!

## Preguntas frecuentes sobre el Programa de Recompensas por Lealtad

¿Cómo puedo obtener productos gratis?

### GANAR PUNTOS DE PRODUCTOS GRATIS ADEMÁS DE TU 25% DE DESCUENTO

BENEFICIOS DEL LRP: PORCENTAJE DE VUELTA EN PUNTOS DE PRODUCTO PARA PRODUCTOS GRATIS



AHORRO TOTAL Y PUNTOS DE PRODUCTO:



¿Cómo puedo obtener el 30% de regreso en puntos de productos gratis?

Tu porcentaje del Programa de Recompensas por Lealtad crece con el tiempo y comienza el primer mes en que realizas un pedido de Lealtad de 50 VP o más que califique. Aumentará un 5% cada tres meses cuando tus pedidos superen los 50 VP hasta alcanzar el máximo del 30%.

¿Cómo puedo aprovechar al máximo las ofertas de dōTERRA?

Realiza un pedido de Lealtad de al menos 125 VP (Volumen personal) entre el 5 y el 15 del mes. Esto te prepara para recibir el Producto del Mes gratis y aprovechar las promociones. Presta atención al VP, junto al precio, ya que muchas ofertas especiales están relacionadas con el VP y comienzan el primer día del mes.

EL VALOR DEL PRODUCTO (VP) DEBE EXCEDER	1	50	100	125
Mantén los puntos LRP ganados anteriormente	●	●	●	●
Gana puntos de productos LRP (para usar en productos gratuitos) y aumenta el porcentaje del 10% al 30%		●	●	●
Califica para ganar comisiones			●	●
Obtén el envío gratis			●	●
Recibe gratis el Producto del Mes (pedidos realizados entre el 1 y el 15)				●

\*VP (Volumen Personal): Este es un valor numérico asignado a cada producto. Se utiliza como calificador para comisiones, rango y promociones. Los productos comprados con puntos no tienen VP.

¿Cómo creo un nuevo pedido de LRP?

Inicia sesión en doterra.com. Haz clic en "Crear nuevo pedido de LRP" o edita los productos en una plantilla de pedido de LRP existente.

Mira cómo crear un pedido LRP.



¿Cómo puedo obtener envío gratis en mis pedidos?

Todos los pedidos de lealtad e inscripción con más de 100 VP calificarán para el envío gratis. Si un pedido de lealtad o inscripción se realiza con menos de 100 VP, dōTERRA otorgará cinco puntos del Programa de Recompensas de envío (SRP). Los puntos de productos SRP se pueden usar en futuros pedidos de dōTERRA.

¿Cuándo puedo usar mis puntos de producto?

Canjea tus puntos de producto en cualquier momento dentro de un año desde que los ganaste.

¿Cómo puedo canjear mis puntos LRP?

En tu carrito de compras virtual, selecciona "usar puntos" en los productos que desees canjear con tus puntos LRP. Los nuevos puntos se agregan el día 15 del mes siguiente después de cada pedido.

¿Puedo tener más de un pedido de lealtad?

Si. Si necesitas más que tu pedido mensual, simplemente cambia tu plantilla de LRP y vuelve a ejecutarla el día del mes que elijas, o puedes realizar tantos pedidos como desees. Recuerda cancelar cualquier pedido que no desees recibir el mes siguiente.

¿Cómo puedo cancelar mi orden de lealtad?

Puedes cancelar tu pedido de lealtad en cualquier momento por teléfono, chat en línea o correo electrónico a service@doterra.com. El servicio de atención al cliente de dōTERRA puede ayudarte a canjear los puntos de productos gratuitos que hayas acumulado antes de la cancelación para que no los pierdas. Si cancelas tu pedido de lealtad, comenzarás de nuevo con un 10% de recompensas cuando reanudes la compra constante con el pedido de lealtad.

¿Qué pasa si quiero devolver productos?

dōTERRA reembolsa el 100% de cualquier producto sin abrir dentro de los 30 días posteriores a la compra y el 90% del precio de compra si se abrió o usó.



# Consejos esenciales

## Eficacia



Usa tu guía de referencia para encontrar soluciones a las prioridades o inquietudes de salud a medida que surjan.



Diferentes aceites esenciales funcionan para diferentes personas. Cuando no obtengas los resultados deseados, prueba diferentes aceites o métodos de aplicación.



Masajea para aumentar los beneficios y promover una rápida absorción.



Prueba diferentes métodos de aplicación: aplica debajo de la lengua o en la planta de los pies, la columna vertebral o el ombligo.



Usa aceites tópicamente con aceite de Coco Fraccionado para disfrutar de una mayor absorción sostenida.

## Seguridad



Evita el contacto con los ojos, el interior de la nariz y las orejas.



Diluir con aceite de Coco Fraccionado para pieles sensibles. Consulta las pautas de sensibilidad de dōTERRA. Para mayor comodidad, la línea dōTERRA Tópico tiene aceites prediluidos.



Evita la exposición al sol durante al menos 12 horas después de aplicar tópicamente aceites de Limón, Naranja Silvestre, Bergamota, Lima, Toronja u otros aceites cítricos.



Lee las etiquetas y sigue las recomendaciones.

## Mejores prácticas



Mantén tus productos en su mejor estado evitando la exposición a temperaturas extremas o la luz solar directa.



Usa recipientes de vidrio con tus aceites esenciales, ya que pueden descomponer algunos plásticos con el tiempo.



Los aceites esenciales de dōTERRA son potentes. Usa cantidades más pequeñas con más frecuencia para obtener mejores resultados.

# Aprende más

# de Miembro \_\_\_\_\_

Contraseña \_\_\_\_\_

Ingresa en [doterra.com](https://www.doterra.com).



## Serie Vida Empoderada

[doterra.com/US/es/empowered-life-series](https://www.doterra.com/US/es/empowered-life-series)

Mira esta serie de seminarios para seguir aprendiendo formas en las que puedes usar tus productos.



## Podcast Mejora Tu Vida con dōTERRA

Suscríbete para aprender las mejores formas de usar los aceites esenciales.



Aprende más y obtén excelentes ideas: [doterra.com/US/es/magazines/doterra-living](https://www.doterra.com/US/es/magazines/doterra-living)



Usa la aplicación dōTERRA Shop para hacer pedidos en línea fácilmente.



Obtén una guía de referencia de aceites esenciales o una aplicación móvil.

Tu apoyo clave \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_

Correo electrónico \_\_\_\_\_

Otro apoyo \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_

Correo electrónico \_\_\_\_\_

Próximas clases y eventos locales o en línea \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Servicios para Miembros

<b>Chat en vivo:</b> <a href="https://www.doterra.com">doterra.com</a>	<b>Estados Unidos</b> +1 800-411-8151
<b>Correo electrónico:</b> <a href="mailto:service@doterra.com">service@doterra.com</a>	<b>Australia:</b> +61 (02) 8015-5080
<b>USA:</b> Envíanos un mensaje de texto ahora a 343-57	<b>UK:</b> +44 2033180064

Llamada de equipo/Sitio web/Grupo(s) de Facebook \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Cada botella hace la diferencia

El uso constante de los productos dōTERRA puede cambiar tu vida, así como la vida de los cultivadores y sus familias en todo el mundo. Cada gota de aceite esencial representa manos que han nutrido la tierra para nuestro beneficio.



**Comparte** con los que amas.

### Cambia la vida de los demás

Organiza una clase de dōTERRA para servir a tus amigos y familiares.



**Construye** un ingreso y haz un impacto.

### Cambia tu futuro

Crea ingresos recurrentes y una mayor libertad compartiendo y empoderando a otros con soluciones naturales.





dōTERRA®  
pursue what's pure®

LIVE-US SP103122



v5

60224795

© 2022 dōTERRA Holdings, LLC. Todas las palabras con símbolos de marca comercial o marca comercial registrada son marcas comerciales o marcas comerciales registradas de dōTERRA Holdings, LLC.