

# Lista de Declaraciones Aprobadas

---

## **doTERRA a2z CHEWABLE™ (tabletas masticables)**

- Contiene una mezcla de superalimentos que ayuda a apoyar la salud y el bienestar general\*
- Contiene una mezcla equilibrada de vitaminas esenciales, incluso las vitaminas antioxidantes A, C y E, y un complejo de vitaminas B para la energía celular\*
- Contiene una mezcla de minerales biodisponibles incluso calcio, magnesio, zinc, cobre y manganeso.
- Especialmente formulado para usarse a diario con IQ Mega® como un fundamento de suplementación dietética integral para una vida de vitalidad y bienestar\*
- Apoya el desarrollo celular saludable.
- \*Brinda protección antioxidante contra daños causados por radicales libres\*
- Apoya la salud de las funciones celular y metabólica brindando protección antioxidante al ADN celular\*
- Provee una mezcla de vitaminas B para la energía celular, vitaminas que son importantes factores metabólicos de energía celular\*
- Provee nutrientes y antioxidantes esenciales que apoyan el desarrollo celular saludable y la longevidad\*

## **Alpha CRS® +**

- Apoya la salud de la función y el metabolismo celular mediante la reducción del estrés oxidativo sobre el ADN y otras estructuras celulares críticas.\*
- Ayuda a proteger las células contra el estrés oxidativo.\*
- Apoya la energía celular mediante el apoyo a la salud de las mitocondrias y suministrando factores metabólicos de producción de energía.\*
- Apoya la salud de la función inmunitaria celular.\*
- Apoya la claridad mental y la función cerebral.\*
- Ayudar a apoyar la salud de la función y el metabolismo celular.\*
- Incluye potentes niveles de factores metabólicos de energía celular.\*
- Incluye una mezcla de extractos botánicos que ayudan a evitar el malestar estomacal.\*

### **Anti-Aging Moisturizer (humectante antienvjecimiento)**

- Promueve piel de apariencia saludable.
- Tiene propiedades calmantes y equilibradoras.
- Reduce la visibilidad de arrugas y líneas de expresión.
- Promueve la claridad de la piel, reduce la aparición de manchas y descoloración.

### **Arborvitae (tuya)**

- Arborvitae (tuya) posee un aroma cálido, leñoso y terroso.
- Tiene un brillante color naranja.
- Arborvitae (tuya) protege contra amenazas medioambientales y estacionales.
- Este aceite esencial es un potente agente limpiador y purificador.
- Difunde Arborvitae (tuya) para purificar el aire.
- Repele insectos naturalmente.
- Aplicte Arborvitae (tuya) en las muñecas y los tobillos al hacer excursionismo.
- Agrega unas cuantas gotas a un atomizador con agua y rocíalo en superficies o manos como solución protectora.
- Difunde este aceite esencial y disfruta de su aroma estabilizador.
- Este aceite esencial protege contra las polillas.
- Conserva la madera naturalmente.
- Mezcla cuatro gotas de aceite esencial de Arborvitae (tuya) y dos gotas de aceite esencial de Lemon (limón) con Aceite Fraccionado de Coco dōTERRA para crear un eficaz conservador y pulidor de madera.
- Úsalo durante la meditación para disfrutar de una sensación de paz y calma.
- Mézclalo con mantillo al hacer jardinería.
- Crea tu propia colonia con Cedarwood (cedro), Arborvitae (tuya) y Frankincense (incienso).
- Arborvitae (tuya) promueve una piel clara y lozana.
- Aplicalo tópicamente en la piel para reducir la aparición de manchas.

### **AromaTouch®**

- Produce efectos reconfortantes y relajantes.
- Añade una experiencia aromática a un masaje relajante.

- Aplicalo en el cuello y los hombros para promover sentimientos de relajamiento y aliviar la tensión.
- AromaTouch es usado en la Técnica AromaTouch en combinación con otros siete aceites.
- Añádelo a sales de Epsom y disfruta de un baño caliente.
- Da a tu ser querido una Técnica Manual AromaTouch con la mezcla de aceites esenciales AromaTouch.
- Difúndelo para crear un ambiente de spa.
- Frótalo en los hombros para relajar sentimientos de tensión.

### **doTERRA Balance®**

- Promueve una sensación de relajamiento en todo el cuerpo.
- Para una experiencia estabilizadora, inhálalo profundamente.
- Evoca sentimientos de tranquilidad y equilibrio.
- Comienza tu día poniéndote doTERRA balance en las plantas de los pies para reducir el estrés a lo largo del día.
- Úsalo antes de acostarte para disfrutar de un sueño tranquilo y reparador.
- Úsalo antes de acostarte mientras piensas pensamientos positivos para promover sueños tranquilos.
- Úsalo mientras meditas o practicas yoga.
- Agrégalo a las sales de Epsom y disfruta de un baño reconfortante.
- doTERRA Balance es magnífico para usar durante la Técnica Manual AromaTouch.
- Aplica doTERRA Balance en las muñecas o el cuello para ayudar a aliviar sentimientos de ansiedad.
- Difúndelo en tu automóvil durante viajes por carretera para crear un ambiente de calma.

### **Basil (albahaca)**

- Basil (albahaca) tiene un aroma cálido y especiado, pero herbáceo.
- Actúa como agente refrescante de la piel.
- Promueve la agudeza mental y reduce sentimientos de ansiedad ocasional.\*
- Difunde Basil (albahaca) para promover una sensación de enfoque al estudiar, leer o realizar otras tareas que requieren claridad mental.
- Da un masaje con Basil (albahaca), Wintergreen (gaulteria) y Fractionated Coconut Oil (aceite fraccionado de coco) en la nuca para aliviar el estrés.

- Este aceite esencial puede ayudar a aliviar el malestar femenino mensual.\*
- Ingiere una gota de Basil (albahaca) para proveer apoyo calmante durante tu ciclo menstrual.\*
- Difunde Basil (albahaca) para disfrutar de una sensación de alivio al final de tu día de trabajo.
- Agrégalo a tus platos italianos favoritos para darles un sabor refrescante.
- Mezcla Basil (albahaca) con Lime (lima) y/o Peppermint (menta) y disfruta del vigorizante aroma.
- Aplicalo en las sienes y en la nuca para reducir sentimientos de tensión.
- Basil (albahaca) apoya la salud de la función y respuesta inmunitaria.\*
- Este aceite esencial tiene propiedades limpiadoras.
- Ayuda a apoyar el flujo sanguíneo saludable.\*
- Aplica este aceite esencial tópicamente para reducir la aparición de manchas.
- Puede aliviar y calmar el sistema nervioso.\*
- Basil (albahaca) apoya la salud y función gastrointestinal.\*
- Ayuda a reducir la flatulencia.\*
- Difunde Basil (albahaca) para promover sentimientos de calma y relajamiento.
- Combina Basil (albahaca) con Clove (clavo) y Melaleuca (árbol de té) para crear un enjuague bucal que mantiene las encías y los dientes limpios y saludables.
- Basil (albahaca) puede calmar los músculos tensos.\*
- Combina Basil (albahaca) con Geranium (geranio) y aceites esenciales cítricos para disfrutar de un masaje edificante.

### **Bergamot (bergamota)**

- Bergamot (bergamota) tiene un aroma calmante y reconfortante.
- Es usado frecuentemente en terapias de masajes por sus beneficios calmantes y edificantes.
- Difúndelo en el aula de clases, en el trabajo o en el hogar cuando los niveles de estrés o tensión sean altos.
- Aplica este aceite esencial en la piel al bañarte e inhala profundamente para experimentar su calmante aroma mientras disfrutas de sus beneficios purificadores de la piel.
- Convierte el té regular en té Earl Grey agregándole Bergamot (bergamota).

- Aplicarte Bergamot (bergamota) en los pies antes de acostarte y disfruta de la sensación de calma y armonía.
- Agrega una o dos gotas a un limpiador facial de tu propia creación.
- Bergamot (bergamota) se mezcla bien con Lavender (lavanda), Patchouli (pachulí), Lime (lima), Arborvitae (tuya), Ylang Ylang y Frankincense (incienso).
- Difúndelo y disfruta de la sensación de autoconfianza.
- Usa Bergamot (bergamota) con doTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite fraccionado de coco) y disfruta de un masaje calmante y reconfortante, y de su relajante aroma.
- Bergamot (bergamota) ayuda a reducir la aparición de manchas.
- Aplica Bergamot (bergamota) tópicamente para confortar, calmar y rejuvenecer la piel.
- Este aceite esencial apoya la salud de los sistemas nervioso y cardiovascular, y la función cognitiva.\*
- Puede calmar el sistema nervioso y relajar los músculos.\*
- Mezcla Bergamot (bergamota) con Lavender (lavanda) y aplícalo tópicamente en el abdomen para promover sentimientos de relajamiento.
- Difunde Bergamot (bergamota) para reducir sentimientos de negatividad y estrés.
- Úsalo como un eficaz limpiador de superficies.
- Bergamot (bergamota) ayuda a aliviar y calmar el sistema nervioso.\*
- Ayuda a apoyar un metabolismo saludable.\*
- Bergamot (bergamota) tiene propiedades limpiadoras.\*
- Es ampliamente usado en perfumes, cosméticos y alimentos por su intensa fragancia y frescura.

### **Birch (abedul)**

- Birch (abedul) contiene los mismos ingredientes activos que Wintergreen (gaulteria).
- Masajea las manos, la espalda y las piernas para causar una sensación de calma y calidez después del ejercicio.
- Echa unas cuantas gotas de Birch (abedul) en una bola de algodón y ponla en tu bolsa del gimnasio. El fuerte aroma de Birch (abedul) se sobrepone a cualquier mal olor.
- Aplícalo tópicamente en la piel para reducir la aparición de manchas.
- Difúndelo para disfrutar de su dulce y edificante aroma.
- Es usado comúnmente en productos de higiene oral.

## **Black Pepper (pimienta negra)**

- Black Pepper (pimienta negra) contiene importantes antioxidantes.\*
- Después de una siesta vespertina o cuando te sientas aletargado en el trabajo, aplícate Black Pepper (pimienta negra) en las plantas de los pies y disfruta de un estímulo despertador.
- Black Pepper (pimienta negra) mantiene una circulación saludable.\*
- Ingiere una o dos gotas para ayudar con la digestión.\*
- Difunde, inhala directamente o ingiere Black Pepper (pimienta negra) para calmar sentimientos de ansiedad.\*
- Toma una o dos gotas en una cápsula para obtener apoyo antioxidante.\*
- Difúndelo y disfruta de su vigorizante aroma.
- Usa Black Pepper (pimienta negra) para mejorar el sabor de las comidas.
- Agrega una gota a la marinada del bistec.
- Pruébalo con carnes, sopas, entrantes y ensaladas.
- Black Pepper (pimienta negra) se mezcla con Clove (clavo), Juniper Berry (baya de enebro), Cedarwood (madera de cedro) o Cilantro.
- Crea un masaje cálido y reconfortante combinando una o dos gotas de aceite esencial de Black Pepper (pimienta negra) con Marjoram (mejorana), Lavender (lavanda), Peppermint (menta) y doTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite fraccionado de coco).
- Black Pepper (pimienta negra) calma la piel si se aplica tópicamente.
- Apoya la salud pulmonar y la función del sistema respiratorio.\*
- Este aceite esencial calma el sistema nervioso.\*
- El aroma de Black Pepper (pimienta negra) es edificante y puede ser útil cuando uno se está absteniendo de hábitos dañinos.
- Apoya niveles de azúcar sanguíneo saludables en el rango normal.\*
- Black Pepper (pimienta negra) apoya la salud del metabolismo.\*
- Este aceite esencial promueve la salud de la función hepática.\*
- Apoya la salud del colon.\*
- Promueve la salud de la función y la respuesta inmunitarias.\*
- Black Pepper (pimienta negra) apoya la salud del tejido mamario de la mujer.\*
- Tiene propiedades limpiadoras tópicas.

### **Bone Nutrient Lifetime Complex (complejo óseonutritivo vitalicio)**

- Provee niveles óptimos de vitaminas y minerales esenciales para desarrollar y mantener la masa y densidad óseas saludables.\*
- Provee 100% de las cantidades diarias recomendadas de calcio y magnesio.
- Contribuye a tener huesos saludables y fortalece la salud general a lo largo de la vida de la mujer.\*
- Contiene vitaminas D2 y D3 para ayudar a los huesos a absorber calcio.\*

### **doTERRA Breathe®**

- Mantiene sentimientos de vías aéreas despejadas y fácil respiración.
- Ayuda a minimizar los efectos de las amenazas estacionales.
- Difúndelo o inhálalo directamente de las palmas de las manos o frótatelo en el pecho cuando las amenazas medioambientales sean altas.
- Úsalo al aire libre para minimizar los efectos de cambios estacionales.
- Difúndelo a la hora de acostarte para promover un sueño nocturno reparador.
- Cuando ruidos fuertes te estén manteniendo despierto en la noche, difúndelo y disfruta de su efecto calmante que promueve el sueño nocturno reparador.

### **doTERRA Breathe® Respiratory Drops (grageas respiratorias)**

- doTERRA Breathe Respiratory Drops (grageas respiratorias) mantienen despejadas las vías aéreas y la respiración.
- Apoyan la salud respiratoria general.
- Alivian la boca y la garganta.

### **doTERRA Breathe® Vapor Stick (barra de vapor)**

- Mantiene sentimientos de vías aéreas despejadas y fácil respiración.
- Sistema de administración rápido y práctico.
- Tiene un efecto refrescante y calmante al aplicarlo tópicamente o aromáticamente.

### **Cardamom (cardamomo)**

- Cardamom (cardamomo) tiene un aroma y sabor fresco y mentolado.
- Es una de las especias de cocina más caras.
- Cardamom (cardamomo) puede ayudar a aliviar la indigestión y mantener la salud gastrointestinal general.\*
- Promueve la salud respiratoria y despeja las vías aéreas.\*

- Este aceite esencial es una sabrosa especia para cocinar y hornear, principalmente dulces, comidas horneadas y bebidas. Añade un delicioso sabor indio.
- Agrega Cardamom (cardamomo) a panes, licuados, carnes y ensaladas para mejorar su sabor.
- Ingiérelolo para ayudar a aliviar sentimientos ocasionales de malestar estomacal.\*
- Difunde Cardamom (cardamomo) y disfruta de la sensación de mayor claridad mental.
- Inhálalo y disfruta de la sensación de cabeza abierta y despejada.
- Cardamom (cardamomo) se mezcla bien con Lavender (lavanda) y Clove (clavo).
- Aplicatelo en el pecho mientras siembras flores o cortas el césped.
- Agrega una o dos gotas a un vaso de agua y bébela después de una cena abundante.\*
- Cardamom (cardamomo) produce una sensación refrescante en la piel.
- Mézclalo con Ginger (jengibre), Spearmint (hierbabuena) y Peppermint (menta).
- Este aceite esencial ayuda con la digestión y apoya la salud de la función gastrointestinal.\*
- Difúndelo para disfrutar del aroma despejador y refrescante que promueve un estado de ánimo positivo.
- Apoya la salud celular.\*
- Promueve el relajamiento muscular.\*
- Apoya la salud de la función del sistema cardiovascular.\*
- Este aceite esencial promueve sentimientos de calma y relajamiento.
- Apoya la salud inmunitaria y la función hepática.\*

### **Cassia (casia)**

- Cassia (casia) tiene un fuerte aroma especiado y ligeramente leñoso que entibia, calma y edifica.
- Ingiere una o dos gotas para promover la salud de la función del sistema cardiovascular.\*
- Toma Cassia (casia) en cápsulas vegetales dōTERRA para mantener la salud cardiovascular y circulatoria.\*
- Este aceite esencial promueve la digestión saludable.\*
- Apoya la salud inmunitaria y su función de respuesta.\*
- Puede usarse en la cocina como sustituto de la canela en tartas y panes, o por sí sola en miles de entrantes y postres.

- Difunde Cassia (casia) para generar sentimientos de excitación.
- Cassia (casia) se mezcla bien con aceites cítricos o con White Fir (abeto blanco).
- Difunde Cassia (casia) con Clove (clavo) y Ginger (jengibre) en el otoño y en el invierno para disfrutar felices días festivos.
- Toma una o dos gotas en cápsulas vegetales dōTERRA para apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Combina una o dos gotas de Cassia (casia) con limón en un vaso de agua para ayudar con la digestión o proteger contra antojos.
- Da masaje en el cuerpo con Cassia (casia) y doTERRA Fractionated Oil (aceite fraccionado de coco) para disfrutar de una sensación cálida.
- Hecha una gota de Cassia (casia) en el agua cuando hagas senderismo para apoyar la hidratación.
- Cassia (casia) apoya la salud del metabolismo.\*
- Ayuda a mantener los niveles de azúcar sanguíneo que ya están en el rango normal.\*
- Cassia (casia) puede ayudar a apoyar la salud del hígado, los riñones y el tracto urinario.\*
- Posee valiosas propiedades antioxidantes.\*
- Mantiene la salud del tracto gastrointestinal.\*
- Cassia (casia) puede ayudar a reducir el estrés.\*
- Este aceite esencial tiene fuertes propiedades limpiadoras de superficies.

### **Cedarwood (madera de cedro)**

- Cedarwood (madera de cedro) es conocido por su rico aroma leñoso y cálido que es tanto estabilizador como evocativo de bienestar y vitalidad.
- Cedarwood (madera de cedro) se mezcla bien con los aceites esenciales de Bergamot (bergamota), Cinnamon (canela), Cypress (ciprés), Jasmine (jazmín), Juniper Berry (baya de enebro), Lemon (limón), Patchouli (pachulí), Rose (rosa), Rosemary (romero), Sandalwood (sándalo), Thyme (tomillo), Vetiver y White Fir (abeto blanco).
- Antes de hacer ejercicio, frótate una o dos gotas en el pecho para mantener la vitalidad a lo largo de tu rutina.
- Después de un día difícil, difunde Cedarwood (madera de cedro) para relajarte y calmar la mente y el cuerpo.
- Si se aplica tópicamente, Cedarwood (madera de cedro) puede ayudar a mantener la piel con una apariencia lozana.
- Durante tu rutina facial, agrega una o dos gotas de Cedarwood (madera de cedro) a tu tónico o humectante facial para añadirle propiedades clarificantes.

- Después de notar una nueva imperfección en la piel, aplica directamente una gota al área afectada para mejorar inmediatamente la apariencia.
- Cuando un niño se despierte asustado, aplícale Cedarwood (madera de cedro) en las plantas de los pies para devolverle la sensación de calma.
- Cedarwood (madera de cedro) repele insectos naturalmente.
- Echa unas cuantas gotas de Cedarwood (madera de cedro) en bolas de algodón y déjalas en armarios, cajas de almacenamiento u otras áreas para alejar las polillas.
- Añádelo al abono o al mantillo para repeler insectos.
- Debido a sus propiedades reconfortantes y calmantes, difundir Cedarwood (madera de cedro) al final del día es una gran manera de relajarte antes de acostarte.
- Este aceite esencial tiene propiedades limpiadoras de superficies.

## **Cilantro**

- Agrega Cilantro a carnes, ensaladas, salsas y guacamole para experimentar su singular sabor.
- Hecha una o dos gotas de Cilantro en una cápsula vegetal dōTERRA para experimentar su efecto limpiador y desintoxicante.\*
- Para disfrutar de su aroma fresco, limpio y herbáceo, difunde tres o cuatro gotas de Cilantro con el aceite esencial cítrico de tu preferencia.
- Cilantro ayuda con la digestión después de una cena sobreabundante.\*
- Provee importantes beneficios antioxidantes.\*
- Si se aplica tópicamente, Cilantro calma y refresca la piel.
- Si se difunde, Cilantro añade un aroma fresco y herbáceo a cualquier mezcla de aceites esenciales.
- Cilantro calma y relaja si se usa aromáticamente.
- Úsalo para crear tu propio eficaz limpiador de superficies.
- Cilantro apoya la salud de la función y respuesta inmunitaria.\*
- Apoya la salud del tracto digestivo.\*
- Alivia sentimientos de ansiedad e inquietud.
- Si se aplica tópicamente o se difunde, Cilantro crea una sensación de tranquilidad que apoya el sueño nocturno reparador.
- Cilantro puede calmar el sistema nervioso.\*
- Mantiene la boca, los dientes y las encías limpios y saludables si se aplica tópicamente.

- Aplicarte Cilantro en las uñas de las manos y los pies para mantenerlas con una apariencia limpia y saludable.

### **Cinnamon Bark (corteza de canela)**

- Durante tu rutina nocturna, agrega una gota de Cinnamon (canela) a dos onzas de agua y haz gárgaras con este eficaz enjuague bucal.
- Echa dos o tres gotas de aceite esencial de Cinnamon (canela) en una botella con atomizador y agua para crear rápidamente un eficaz rocío limpiador.
- Durante los meses de invierno, diluye Cinnamon (canela) con doTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para darte un cálido masaje en articulaciones frías y doloridas.
- Echa dos o tres gotas de aceite esencial de Cinnamon (canela) en una cápsula vegetal doTERRA para mantener un sistema inmunitario saludable.\*
- Echa una gota de aceite esencial de Cinnamon (canela) en agua caliente o té y bébelo lentamente para aliviar la garganta.\*
- Agrega este aceite esencial a tus recetas favoritas en lugar de canela en polvo para darles un delicioso sabor especiado.
- Cinnamon Bark (corteza de canela) apoya la salud de la función metabólica.\*
- Repele insectos naturalmente.
- Este aceite esencial promueve la salud de la función circulatoria.\*
- Apoya la salud del tracto urinario y los riñones.\*
- Echa Cinnamon Bark (corteza de canela) en una botella con atomizador para limpiar mostradores.
- Limpia las encías, la boca y la piel, y puede ayudar a mantener los dientes limpios y con una apariencia saludable.
- Este aceite esencial fortalece la salud del sistema inmunitario.\*
- Apoya niveles de azúcar sanguíneo saludables que ya están en el rango normal.\*
- Apoya la salud de la función hepática.\*
- Cinnamon (canela) mantiene la salud del tracto gastrointestinal.\*
- Apoya la salud cardiovascular y circulatoria.\*

### **Citrus Bliss®**

- Después de un largo día de trabajo, difúndelo para ayudar a reducir el estrés y mejorar el mal estado de ánimo.
- Échate una o dos gotas en la muñeca como un refrescante perfume diario.

- En la mañana, aplícate una o dos gotas de Citrus Bliss en la planta de los pies para vigorizar tu estado de ánimo y prepararte para el día.
- Añádelo a un aceite transportador para darte un masaje manual reanimador.
- Ayudar a reducir el estrés y eleva el estado de ánimo.
- Afecta positivamente el estado de ánimo con sus propiedades energizantes y refrescantes.
- Difúndelo para ayudar a elevar el estado de ánimo.
- Ponte una gota en una muñeca y frota ambas muñecas como delicioso perfume diario.
- Echa dos o tres gotas a los paños de secadora para dejar la ropa con un aroma refrescante.

### **Clary Sage (esclárea)**

- Durante tu ciclo menstrual, aplícate Clary Sage (esclárea) en el abdomen para darte un masaje calmante.
- Combina Clary Sage (esclárea) con Roman Chamomile (manzanilla romana) y agrégalo al agua de la bañera para darte un baño aliviador del estrés.
- Aplícate una o dos gotas de Clary Sage (esclárea) en las plantas de los pies o en los puntos de pulsación.
- Añade tres o cuatro gotas al champú o acondicionador para promover un cabello y un cuero cabelludo de apariencia saludable.
- Aplica una o dos gotas de este aceite esencial a las fundas de almohada para prepararte para una noche de sueño reparador.
- Clary Sage (esclárea) es conocido por su aroma calmante y por sus beneficios tópicos para la piel.
- Es uno de los aceites esenciales más relajantes, reconfortantes y equilibradores.\*
- Aplicalo tópicamente para calmar la piel.
- Difunde Clary Sage (esclárea) a la hora de acostarte para promover sentimientos de calma y relajamiento.
- Clary Sage (esclarea) se mezcla bien con los aceites esenciales de Bergamot (bergamota), Black Pepper (pimienta negra), Cedarwood (madera de cedro), Roman Chamomile (manzanilla romana), Coriander (semilla de cilantro), Grapefruit (toronja), Juniper Berry (baya de enebro), Lemon (limón), Lime (Lima), Lavender (lavanda), Melaleuca (árbol de té), Wild Orange (naranja silvestre), Sandalwood (sándalo), Petitgrain (granito francés), Rose (rosa), Spikenard (nardo) y Tangerine (tangerina).
- Este aceite esencial puede ayudar sinérgicamente a aliviar y calmar el sistema nervioso.\*

- Un masaje tópico con Clary Sage (esclárea) calma y apoya un estado de ánimo saludable, particularmente durante la menstruación y la menopausia.
- Crea un ambiente tranquilo mientras reduce sentimientos de estrés y ansiedad.

### **ClaryCalm®**

- Durante tu ciclo menstrual, aplícatelo en el abdomen para darte un masaje calmante.
- Durante momentos de fogaje, aplícatelo en la piel y disfruta de su efecto refrescante y relajante.
- Difúndelo para disfrutar de su agradable aroma que ayuda a calmar las emociones alteradas.
- Ayuda a equilibrar el estado de ánimo a lo largo del mes.
- Provee un efecto aliviador y calmante durante el ciclo menstrual de la mujer.
- Es el mejor aceite para tu peor período del mes.

### **Clove (clavo)**

- Clove (clavo) es un aceite esencial estimulante y energizante.
- Como especia de cocina, Clove (clavo) añade un sabor especiado a cualquier plato o postre.\*
- Echa una gota de Clove (clavo) en dos onzas de agua y haz gárgaras para disfrutar de su efecto calmante.
- Clove (clavo) ayuda a limpiar los dientes y las encías mientras promueve el buen aliento.
- Combina dos gotas de Clove (clavo) con doTERRA SPA Hand and Body Lotion (crema para manos y cuerpo) y disfruta de un masaje cálido.
- Durante tu rutina nocturna, agrega una gota de Clove (clavo) al cepillo de dientes antes de ponerle pasta.
- Después de ir al dentista para tu limpieza dental cada seis meses, aplícate una gota de Clove (clavo) en los dientes y encías.
- El aceite esencial de Clove (clavo) tiene potentes propiedades antioxidantes.\*
- Durante las estaciones de otoño e invierno, difunde tres gotas de Clove (clavo) con dos gotas de Cinnamon (canela) y una gota de Wild Orange (naranja silvestre) para crear un aroma vigorizante.
- Echa dos o tres gotas de Clove (clavo) en una cápsula vegetal dōTERRA e ingiérela para apoyar la salud cardiovascular.\*
- Diluye Clove (clavo) y aplícatelo en las encías para disfrutar de su efecto calmante.
- Clove (clavo) repele insectos naturalmente.

- Ayuda a eliminar radicales libres y a mantener la salud del sistema inmunitario.\*
- Este aceite esencial también puede ayudar a apoyar los pulmones y el tracto respiratorio, el estómago y el tracto gastrointestinal, las articulaciones, el hígado, el sistema nervioso y el metabolismo.\*
- Clove (clavo) calma y apoya el sistema nervioso.\*
- Puede ayudar a apoyar la función celular saludable.\*
- Promueve una respuesta inmunitaria saludable cuando el usuario está bajo estrés.\*
- Este aceite esencial promueve la salud de la circulación sanguínea.\*
- Clove (clavo) tiene propiedades limpiadoras reconocidas que pueden ayudar a proteger contra amenazas medioambientales.\*
- Ayuda a mejorar la absorción de otros nutrientes.\*
- Puede ayudar a apoyar niveles de azúcar sanguíneo saludables que ya están en el rango normal.\*
- Clove (clavo) ayuda a apoyar huesos saludables.\*
- Puede calmar los músculos tensos.\*

### **Semilla de cilantro**

- Los egipcios llamaban al Coriander (semilla de cilantro) la “especia de la felicidad”, ya que se suponía que era afrodisíaca.
- Su aroma dulce y herbáceo es relajante y estimulante, y añade un toque de frescura.
- Difúndelo para promover sentimientos de calma y relajamiento.
- Usa Coriander (semilla de cilantro) en la cocina para añadir un sabor cálido y especiado.
- Este aceite esencial se mezcla bien con Slim & Sassy®.
- Aplicalo tópicamente a la piel aceitosa para mantener un cutis claro y ayudar a reducir la aparición de manchas.
- Coriander (semilla de cilantro) puede tranquilizar el cuerpo.\*
- Difúndelo cuando estés trabajando en tareas escolares o en algún proyecto.
- Ayuda a reducir el sentimiento de ansiedad ocasional.
- Después de una breve rutina de ejercicio, aplícate Coriander (semilla de cilantro) en las piernas para darte un masaje calmante.
- Aplicalo en la nuca o en las plantas de los pies para promover el relajamiento.
- Coriander (semilla de cilantro) se mezcla bien con los aceites esenciales de Bergamot (bergamota), Black Pepper (pimienta negra), Cardamom (cardamomo), Cinnamon Bark

(corteza de canela), Clary Sage (esclárea), Clove (clavo), Cypress (Ciprés), Frankincense (incienso), Geranium (geranio), Ginger (jengibre), Grapefruit (toronja), Lemon (limón), Wild Orange (naranja silvestre), Rosemary (romero), Sandalwood (sándalo), Tangerine (tangerina), Vetiver e Ylang Ylang.

- Usa Coriander (semilla de cilantro) para limpiar superficies.
- Echa 2 a 3 gotas de Coriander (semilla de cilantro) en una cápsula vegetal dōTERRA e ingiérela para promover la digestión.\*
- Este aceite esencial apoya la salud de la función y la respuesta inmunitaria.\*
- Puede apoyar la salud y la función gastrointestinal.\*
- Coriander (semilla de cilantro) puede aliviar y calmar el sistema nervioso y apoyar su funcionamiento saludable.
- Ayuda a mantener la función celular saludable y la salud celular general.\*
- También apoya la salud pulmonar y la función del sistema respiratorio.\*
- Coriander (semilla de cilantro) mantiene las encías, los dientes y la boca con una apariencia limpia y saludable.
- Puede ayudar a apoyar la salud del sistema cardiovascular.\*
- Este aceite esencial ayuda a apoyar la salud del hígado.\*
- Difunde Coriander (semilla de cilantro) para protegerte contra amenazas medioambientales.

### **Correct-X®**

- Ayuda a calmar mientras que simultáneamente hidrata.
- Es rápidamente absorbido, es suave y no irrita, por lo cual es ideal para piel hipersensible.
- Ayuda a mantener la piel con una apariencia limpia e hidratada.
- Mantiene la piel limpia mientras se recupera de problemas.
- Mantenlo a mano al llevar a los niños a jugar, a eventos deportivos o a acampar.

### **Cumin (comino)**

- Especia popular usada en muchas comidas en todo el mundo.
- Apoya la salud digestiva y ayuda a aliviar el malestar digestivo ocasional.\*
- Purifica los sistemas del cuerpo.\*
- Agrega una a tres gotas caldos, sopas y curris para darles un sabor picante.
- Agrega una o dos gotas a cuatro onzas de agua y haz gárgaras con ese eficaz enjuague bucal.

- Promueve la salud digestiva.\*

## **Cypress (ciprés)**

- Cypress (ciprés) tiene un aroma fresco y limpio que energiza y refresca.
- Cypress (ciprés) tiene un efecto estabilizador pero estimulante sobre las emociones, por lo que es un aceite popular para difundirlo durante épocas de transición o pérdida.
- Es usado frecuentemente en spas y por terapeutas masajistas.
- Combina este aceite esencial con Marjoram (mejorana), Lavender (lavanda) y Peppermint (menta) para crear una mezcla de aceites que puede usarse para un reconfortante masaje en la nuca.
- Cypress (ciprés) se mezcla bien con aceites esenciales de Bergamot (bergamota), Cedarwood (madera de cedro), Clary Sage (esclárea), Coriander (semilla de cilantro), Frankincense (incienso), Juniper Berry (baya de enebro), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Lime (lima), Marjoram (mejorana), Wild Orange (naranja silvestre), Rosemary (romero) y Sandalwood (sándalo).
- Antes de una carrera larga, aplícate Cypress (ciprés) en los pies y piernas para aumentar tu energía.
- Aplícate dos o tres gotas en el pecho antes de hacer jardinería para promover tu vitalidad y energía.
- Difunde Cypress (ciprés) para reducir sentimientos de ansiedad.
- Agrega una o dos gotas al tónico facial para ayudar a mejorar la apariencia de piel grasosa.
- Si se aplica tópicamente, Cypress (ciprés) puede ayudar a mantener la piel con una apariencia saludable mientras reduce la aparición de manchas.
- Difunde Cypress (ciprés) con aceite esencial de Lime (lima) para crear un aroma vigorizante.
- Este aceite esencial tiene efectos limpiadores y calmantes si se aplica tópicamente.
- Cypress (ciprés) tiene propiedades para limpiar superficies.

## **DDR Prime®**

- Apoya la integridad celular saludable.\*
- Se combina bien con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar masajes tópicos relajantes.
- Agrega una o dos gotas a bebidas cítricas, té o agua y consúmelo a diario para proteger tu cuerpo y células contra el estrés oxidativo.\*
- Provee importantes beneficios antioxidantes.\*

### **DDR Prime® Softgels (cápsulas blandas)**

- Promueve una respuesta saludable a los radicales libres.\*
- Todos los beneficios de DDR Prime en una cápsula blanda fácil de tragar.\*
- Protege el cuerpo y las células contra el estrés oxidativo.\*

### **Deep Blue®**

- Aplicar en los pies y las rodillas antes y después del ejercicio.
- Es perfecto para un masaje relajante después de un largo día de trabajo doméstico.
- Aplicarlo en las manos y los pies después de hacer jardinería.
- Conéctate con tu abuela dándole un masaje en las manos con Deep Blue.
- Frota Deep Blue en los músculos de la parte baja de la espalda después de un día de levantar objetos pesados en el trabajo o durante una mudanza.
- Da masaje con Deep Blue y unas gotas de aceite portador en las piernas de los niños antes de acostarlos.
- Después de largas horas frente a la computadora, frótate los dedos, las muñecas, los hombros y el cuello con la mezcla de aceites esenciales Deep Blue.
- Unas cuantas gotas de la mezcla relajante Deep Blue diluida con Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) pueden ser parte de un masaje refrescante y reconfortante después del ejercicio.
- Mezcla vigorizante para hacer ejercicio.
- Es la mezcla relajante perfecta para después del ejercicio.

### **Deep Blue® Rub (ungüento)**

- Es una rica crema tópica infundida con la mezcla relajante Deep Blue de aceites esenciales CPGT® Certificados como puros y de grado terapéutico.
- Formulado con una mezcla patentada de extractos vegetales naturales y otros potentes ingredientes doTERRA Deep Blue Rub (ungüento) brinda una reconfortante sensación de frescura y calidez a las áreas afectadas.
- Hecho con la supervendida mezcla de aceites esenciales doTERRA Deep Blue que contiene gaulteria, alcanfor, menta, tanaceto azul, manzanilla azul, helicriso y olivo fragante, Deep Blue Rub (ungüento) es una adición esencial a tu anaquel de baño, bolsa de gimnasio o botiquín de primeros auxilios.
- Es el preferido de terapeutas masajistas y practicantes deportivos.
- Aplicarlo en las manos de tu abuela o abuelo para darle un masaje refrescante y reconfortante.

- Frota Deep Blue Rub (ungüento) en los músculos de la parte baja de la espalda después de un día de levantar objetos pesados en el trabajo o durante una mudanza.
- Después de pasar largas horas frente a la computadora, úsalo para darte un masaje en los dedos, las manos, los brazos, los hombros y el cuello.
- Perfecto para el atleta que hay en tu vida.
- Deep Blue Rub (ungüento) es mezclado en una base de emolientes humectantes que dejan la piel suave y no grasosa.
- Mezcla sinérgica de aceites esenciales CPGT que se combinan para crear una sensación refrescante y estimulante en la piel.

### **Deep Blue Polyphenol Complex® (complejo polifenólico)**

- Deep Blue Polyphenol Complex® (complejo polifenólico) contiene extractos estandarizados patentados de jengibre, curcumina, resveratrol y otros polifenoles para calmar dolores y malestares ocasionales.\*
- Contiene potentes polifenoles para ayudar con malestares y dolores ocasionales, y para apoyar el bienestar y el funcionamiento de las articulaciones.\*
- Extracto de incienso de acción rápida con patente pendiente que ha demostrado capacidad de apoyo al bienestar y funcionamiento de músculos y articulaciones.\*
- Toma Deep Blue Polyphenol Complex (complejo polifenólico) según sea necesario cuando se presente el malestar o todos los días para obtener beneficios perdurables.\*
- Deep Blue Polyphenol Complex (complejo polifenólico) contiene la mezcla patentada “domadora de estómagos” de extracto radical de jengibre, extracto foliar de menta y extracto seminal de alcaravea para apoyar la digestión saludable.\*
- El resveratrol puede apoyar la salud circulatoria y cardiovascular. Las investigaciones lo han identificado como una de las sustancias antienvjecimiento más creíbles en todo el mundo natural.
- El resveratrol puede ayudar a apoyar la salud del corazón, el cerebro y el hígado, así como la salud de los sistemas cardiovascular, nervioso e inmunitario. Para no mencionar que también puede ayudar al funcionamiento saludable de las articulaciones.\*
- El resveratrol posee potentes habilidades eliminadoras de radicales libres y ha comprobado que puede imitar muchos cambios celulares positivos de restricción calórica, mientras que también ayuda a conservar la longitud de los telómeros, que están directamente relacionados con el envejecimiento celular.\*
- La semilla de uva ayuda a apoyar el sistema inmunitario saludable y puede ayudar a apoyar la salud de la función articularia. Ayuda a apoyar el sistema circulatorio

ayudando a mantener flexibles y resistentes los vasos sanguíneos. Además, protege el sistema circulatorio contra daños oxidativos.\*

- La semilla de uva ayuda a neutralizar radicales libres en el cuerpo.\*
- La granada es rica en polifenoles, que son poderosos antioxidantes. También puede ayudar a apoyar el funcionamiento articular saludable.\*
- Esta mezcla patentada protege contra el estrés oxidativo; puede ayudar a apoyar los niveles saludables de colesterol que ya se encuentran en el rango normal y promover la salud circulatoria, la función saludable del sistema inmunitario y la función saludable de las articulaciones.\*
- El jengibre calma las articulaciones y el tracto gastrointestinal. También ayuda a tener articulaciones saludables, flexibles y resistentes, y a gozar de una salud cardiovascular y gastrointestinal general saludable.
- La curcumina ayuda a aliviar los músculos y articulaciones sobreejercitados, y apoya la salud general de las articulaciones y los tejidos conectivos.\*
- El incienso promueve la movilidad y el funcionamiento saludable de las articulaciones y puede proveer apoyo calmante por todo el cuerpo.\*
- Los polifenoles son antioxidantes naturales y poderosos que pueden beneficiar la salud de los sistemas inmunitario, cardiovascular, endocrino, esquelético y nervioso.\*

### **Dill (eneldo)**

- Apoya la digestión y la salud general del tracto gastrointestinal.\*
- Purifica los sistemas del cuerpo.\*
- Difúndelo con Bergamot (bergamota) y Lemon (limón) para aliviar sentimientos de estrés y ansiedad.
- Agrégalo a marinadas, sopas y ensaladas para mejorar su sabor.
- Promueve la digestión saludable.\*
- Úsalo al enlatar verduras para ayudar a que se conserven mejor.
- Agrega una o dos gotas a un té herbáceo antes de acostarte para promover el sueño reparador.\*
- Provee importantes beneficios antioxidantes.\*

### **DigestTab®**

- DigestTab fue diseñado específicamente para individuos con estómagos sensibles.
- Las tabletas DigestTab combinan los singulares beneficios digestivos del carbonato de calcio junto con aceites esenciales vegetales puros tradicionalmente conocidos por brindar apoyo relajante al tracto gastrointestinal, incluso jengibre, menta, alcaravea, semilla de cilantro y anís.\*

- DigestTab se hace con una singular y potente mezcla sinérgica de ingredientes naturales diseñada para aliviar la acidez e indigestión ocasionales, mientras promueve la salud general del tracto gastrointestinal.\*
- Usa DigestTab con o entre las comidas según sea necesario para aliviar el malestar estomacal, indigestión y acidez ocasionales.\*
- Esta mezcla especial ayuda a aliviar la agrura estomacal ocasional.\*
- DigestTab brinda alivio del incómodo ardor de la indigestión ácida ocasional y ayuda a reducir los indeseables eructos e hinchazón.\*
- DigestZen es conocida como la mezcla estomacal y digestiva de dōTERRA debido a su capacidad para ayudar con la digestión, aliviar el malestar estomacal ocasional y mantener la salud digestiva general.\*
- DigestTab combina los singulares beneficios de la mezcla digestiva de aceites esenciales DigestZen junto con los reconocidos beneficios ácido-neutralizadores y equilibradores del carbonato de calcio en una práctica tableta masticable.\*
- DigestTab apoya la digestión saludable, ayuda a calmar el malestar estomacal ocasional y ayuda a mantener la salud digestiva general.\*
- DigestTab ofrece beneficios ácido-neutralizadores y equilibradores.\*
- DigestTab ayuda a aliviar malestares causados por la acidez ocasional, tales como agruras, indigestión y flatulencia.\*
- DigestTab ayuda a aliviar el malestar estomacal ocasional, incluso el mareo y la indigestión.\*
- DigestTab es una manera saludable, natural y suave de aliviar el malestar estomacal ocasional y mantener un sistema digestivo saludable.\*
- DigestTab provee apoyo calmante al tracto gastrointestinal.\*
- DigestTab ha sido diseñado para aliviar la acidez e indigestión ocasionales, mientras promueve la salud general del tracto gastrointestinal.\*
- DigestTab contiene una forma especial de carbonato de calcio que es menos calcáreo que muchos productos similares del mercado y mucho más fácil de masticar y tragar.\*

### **DigestZen®**

- Antes de un viaje por carretera, aplica una o dos gotas para disfrutar de su calmante aroma.
- Ten DigestZen a la mano para promover la digestión cuando disfrutes de las abundantes comidas de los días festivos.\*
- Cuando viajes o pruebes nuevas comidas toma DigestZen para aliviar el malestar estomacal ocasional.\*
- Agrégalo al agua o té para mantener saludable el tracto gastrointestinal.\*

- Alivia la sensación de mareo.\*
- Úsalo con Fractionated Coconut Oil (aceite fraccionado de coco) para dar masajes abdominales relajantes.
- Ayuda a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional.\*

### **DigestZen® Softgels (cápsulas blandas)**

- Ten DigestZen Softgels (cápsulas blandas) a la mano para promover la digestión cuando disfrutes de las abundantes comidas de los días festivos.\*
- Cuando viajes o pruebes nuevas comidas toma DigestZen Softgels (cápsulas blandas) para aliviar el malestar estomacal ocasional.\*
- Tómalo con agua o té para mantener saludable del tracto gastrointestinal.\*
- Alivia la sensación de mareo.\*
- Todos los beneficios de DigestZen en una práctica cápsula blanda fácil de tragar.

### **Douglas Fir (abeto de Douglas)**

- Promueve sentimientos de vías aéreas despejadas y fácil respiración.
- Limpia y purifica la piel.
- Promueve un estado de ánimo positivo y una sensación de enfoque.

### **Elevation**

- Antes de una entrevista, difunde Elevation para promover sentimientos de confianza y autoestima.
- Úsalo antes de hablar en público para reducir los sentimientos de estrés.
- Frótate Elevation sobre el corazón, las sienes o las muñecas para elevar tu estado de ánimo y aumentar tu vitalidad.
- Difunde Elevation antes de despertar a tus niños para crear un ambiente positivo y energético.
- doTERRA Emotional Aromatherapy™ (aromaterapia emocional) y doTERRA Emotional Aromatherapy™ Touch (aromaterapia emocional tópica)

### **doTERRA Cheer®**

- Promueve sentimientos de optimismo, alegría y felicidad.
- Contrarresta emociones negativas de desánimo, melancolía o decaimiento.

### **dōTERRA Console® Comforting Blend (mezcla reconfortante)**

- Promueve sentimientos de consuelo y esperanza.
- Contrarresta emociones negativas de pena, tristeza y desesperanza.

### **doTERRA Forgive®**

- Promueve sentimientos de contento, alivio y paciencia.
- Contrarresta emociones negativas de enojo y culpabilidad.

### **doTERRA Motivate®**

- Promueve sentimientos de confianza, valor y convicción.
- Contrarresta emociones negativas de duda, pesimismo y cinismo.

### **doTERRA Passion®**

- Genera sentimientos de entusiasmo, pasión y gozo.
- Contrarresta sentimientos negativos de aburrimiento y desinterés.

### **doTERRA Peace®**

- Promueve sentimientos de paz, tranquilidad y contento.
- Contrarresta emociones de ansiedad y temor.

### **Eucalyptus (eucalipto)**

- Eucalyptus (eucalipto) ayuda a aliviar sentimientos de tensión.
- Promueve sentimientos de relajamiento.
- Eucalyptus (eucalipto) promueve sentimientos de respiración despejada y vías aéreas abiertas.
- Este aceite esencial es ideal para crear una experiencia de masaje tranquilizante.
- Tiene propiedades purificadoras que pueden ser beneficiosas para la piel.
- Estas propiedades purificadoras también son excelentes para limpiar superficies y el aire.
- Eucalyptus (eucalipto) se encuentra en enjuagues y productos de higiene bucal para ayudar a refrescar el aliento.
- Difunde Eucalyptus (eucalipto) durante los meses de invierno para vigorizar los días fríos y deprimentes.
- Combínalo con agua en una botella con atomizador y úsalo para limpiar superficies de la cocina o el baño.
- Hecha una o dos gotas de Eucalyptus (eucalipto) en las palmas de las manos, frótalas e inhala profundamente para despejar la mente.
- Agrega una o dos gotas de este aceite esencial a tu humectante y aplícalo en la piel para disfrutar de sus beneficios revitalizadores.

- Echa unas cuantas gotas de Eucalyptus (eucalipto) en el piso de la ducha para vigorizar y añadir vitalidad a tu mañana.
- Eucalyptus (eucalipto) se mezcla bien con Bergamot (bergamota), Cedarwood (madera de cedro), Roman Chamomile (manzanilla romana), Geranium (geranio), Ginger (jengibre), Grapefruit (toronja), Peppermint (menta), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Juniper Berry (baya de enebro), Lemongrass (citronela), Rosemary (romero), Melaleuca (árbol de té), Tangerine (tangerina) y Thyme (tomillo).
- Este aceite promueve un estado de ánimo elevado.
- Eucalyptus (eucalipto) ofrece apoyo calmante durante la menstruación si se da un masaje con él todos los días en la parte baja del abdomen.
- Aplicarlo tópicamente en el pecho y respira profundamente para disfrutar del vapor vigorizante.

### **Facial Cleanser (limpiador facial)**

- Al final del día, aplícalo en la cara y el cuello para quitarte el maquillaje y otros elementos que obstruyen los poros.
- Úsalo por la noche para relajarte y prepararte para una noche de sueño reparador.
- Úsalo en la mañana para preparar tu cara contra cualquier suciedad o mugre que pueda encontrar.
- Limpia y calma la piel.

### **Fennel (hinojo)**

- El hinojo tiene un distintivo aroma y sabor a regaliz.
- Se dice que los guerreros romanos consumían hinojo porque los hacía más fuertes y listos para la batalla.
- Mantén hinojo a la mano cuando disfrutes de una comida abundante para promover la digestión.\*
- Toma este aceite esencial internamente para promover una digestión saludable.\*
- El hinojo apoya la salud general del tracto digestivo.\*
- El hinojo puede ayudar a promover la salud del metabolismo, de la función hepática y de la circulación.\*
- Puede ayudar a apoyar la salud de los pulmones y el tracto respiratorio.\*
- Úsalo con dōTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar masajes abdominales relajantes.
- Toma una gota de hinojo con agua o té para ayudar a combatir los antojos de dulces.\*
- Difunde hinojo en tu hogar u oficina para propiciar un día productivo.

- Aplicarlo en la piel y disfruta de su efecto calmante y relajante.
- Este aceite esencial provee importantes beneficios antioxidantes.\*
- Históricamente, el hinojo ha sido usado para aliviar el malestar mensual durante la menstruación y nueva evidencia científica apruebe este uso tradicional.\*
- Este aceite esencial ayuda a apoyar una respuesta saludable y a mantener un equilibrio natural durante la menstruación.\*
- Fennel (hinojo) se mezcla bien con Basil (albahaca), Bergamot (bergamota), Black Pepper (pimienta negra), Cardamom (cardamomo), Cinnamon Bark (corteza de canela), Cypress (Ciprés), Eucalyptus (eucalipto), Geranium (geranio), Grapefruit (toronja), Juniper Berry (baya de enebro), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Marjoram (mejorana), Myrrh (mirra), Wild Orange (naranja silvestre), Patchouli (pachulí), Rose (rosa), Rosemary (romero), Sandalwood (sándalo), Tangerine (tangerina) e Ylang Ylang.
- Puede promover la función celular saludable y la salud celular general.\*
- Fennel (hinojo) mantiene la piel con una apariencia saludable y ayuda a reducir la aparición de manchas.
- Puede ayudar a mantener las encías, los dientes y la boca con una apariencia limpia y saludable.
- Puede apoyar la salud de la función y respuesta inmunitarias.\*
- Fennel (hinojo) puede apoyar la salud del sistema cardiovascular y apoyar un flujo sanguíneo saludable.\*
- Este aceite esencial puede calmar el sistema nervioso y apoyar su funcionamiento saludable.\*

### **Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado)**

- Emoliente super ligero que provee una barrera calmante sin obstruir los poros.
- Ideal para combinarlo con aceites esenciales antes de aplicarlos tópicamente en la piel.
- Completamente soluble con todos los aceites esenciales; es inodoro, incoloro y no mancha.
- Úsalo como humectante facial para piel hipersensible.
- Aplicarlo en el cabello para acondicionarlo, desenredarlo o controlar el encrespado.

### **Frankincense (incienso)**

- Frankincense (incienso) es uno de los aceites esenciales más apreciados y valiosos debido a sus amplios beneficios de salud.\*
- Era usado antiguamente en todo: desde perfumes hasta cremas para calmar la piel.

•Frankincense (incienso) proviene de la especie de árboles Boswellia y es originario de Etiopía, Somalia, India y la Península Arábiga, y ha sido usado en las prácticas de salud ayurvédica y china tradicional.

•Induce sentimientos de paz, satisfacción y bienestar general.

•Este aceite esencial tiene propiedades limpiadoras.

•Difunde Frankincense (incienso) durante tu práctica de yoga matutina para enfocar tu intención del día.

•Toma una o dos gotas de este aceite esencial en una cápsula vegetal (dōTERRA Veggie Capsule) para apoyar la salud de la función celular.\*

•Agrega Frankincense (incienso) a tu humectante para ayudar a reducir la apariencia de manchas y rejuvenecer la piel.

•Cuando viajes a un lugar seco, aplícate Frankincense (incienso) en las cutículas y lúnulas para mantener las uñas con una apariencia saludable.

•Aplica este aceite esencial en la planta de los pies para promover sentimientos de relajamiento y equilibrar el estado de ánimo.

•Después de un día de actividades al aire libre, da masaje con Frankincense (incienso) en las manos y los pies para disfrutar de su efecto cálido y relajante.

•Frankincense (incienso) promueve la salud celular y puede consumirse a diario para obtener estos beneficios internos.\*

•Puede apoyar la salud de la función y respuesta inmunitarias.\*

•Frankincense (incienso) ayuda a apoyar la salud general del sistema digestivo y del tracto gastrointestinal.\*

•Puede ayudar a apoyar la salud pulmonar y la función respiratoria, especialmente si se combina con aceites cítricos.\*

•Ayuda a mantener a mantener las encías, los dientes y la boca con una apariencia limpia y saludable.

•Este aceite esencial ayuda a apoyar la salud del sistema cardiovascular.\*

•Frankincense (incienso) calma, tranquiliza y relaja el sistema nervioso y apoya su funcionamiento saludable.

•Puede tener propiedades limpiadoras y puede ayudar a proteger contra amenazas medioambientales.

•Frankincense (incienso) promueve la salud de la función articular.\*

•Frankincense (incienso) puede proveer apoyo calmante por todo el cuerpo.\*

•Ayuda a apoyar la salud de la función hepática.\*

•Apoya la salud del sistema músculoesquelético.\*

- Frankincense (incienso) puede ayudar a apoyar la salud de la vejiga y la función del tracto urinario.\*

### **Geranium (geranio)**

- Combina Geranium (geranio) con doTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) para dar a tu pareja un masaje sensual.

- Aplica este aceite esencial directamente en la piel o disfruta de un facial aromaterapéutico a vapor para embellecer la piel.

- Aplica Geranium (geranio) en la piel después de ducharte y disfruta de su efecto suavizante.

- Agrega unas gotas al champú o acondicionador para darle al cabello un brillo saludable y vibrante.

- Prueba agregar unas cuantas gotas de Geranium (geranio) al champú para ayudar a mantener el cuero cabelludo con una apariencia saludable y limpia.

- Combina Geranium (geranio) con Lavender (lavanda), Melaleuca (árbol de té) y Peppermint (menta) para crear tu propio enjuague bucal.

- Aplicáte Geranium (geranio) en las axilas después de sudar al hacer ejercicio o de pasar un día bajo el sol.

- Agrega unas gotas a tu humectante diario a fin de mantener la piel con una apariencia saludable.

- Échate una gota en las palmas de las manos, frótatelas y pónelas sobre la nariz y la boca. Luego respira lentamente para disfrutar del efecto calmante y estabilizador.

- Agrega Geranium (geranio) a tu propio popurrí aromático.

- Este aceite esencial repele insectos naturalmente.

- Geranium (geranio) puede apoyar un tracto urinario saludable.\*

- Este aceite esencial apoya la salud de la función y la respuesta inmunitarias.\*

- Puede apoyar la presión arterial saludable que ya está en el rango normal.\*

- Puede apoyar niveles de azúcar sanguíneo saludables que ya están en el rango normal.\*

- Geranium (geranio) puede tener propiedades limpiadoras y se aplica tópicamente en los pies, ya sea solo o con otros aceites esenciales tales como Oregano (orégano), Thyme (tomillo), Cinnamon Bark (corteza de canela), Lemongrass (citronela), Clove (clavo), Peppermint (menta) o Lavender (lavanda).

- Geranium (geranio) posee propiedades de limpieza interna.\*

- Geranium (geranio) puede ayudar a mantener la salud general de una variedad de órganos y sistemas de órganos.\*

•Geranium (geranio) se mezcla bien con Basil (albahaca), Bergamot (bergamota), Cassia (casia), Coriander (semilla de cilantro), Roman Chamomile (manzanilla romana), Clary Sage (esclárea), Cypress (ciprés). Fennel (hinojo), Ginger (jengibre), Grapefruit (toronja), Juniper Berry (baya de enebro), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Lemongrass (citronela), Lime (lima), Melissa (toronjil), Wild Orange (naranja silvestre), Patchouli (pachulí), Peppermint (menta), Tangerine (tangerina), Rose (rosa), Rosemary (romero) e Ylang Ylang.

### **Ginger (jengibre)**

- Durante un largo viaje en automóvil por carreteras con ventisca, difunde o échate una gota de Ginger (jengibre) en la palma de la mano e inhala.
- Puede ayudar a apoyar la digestión saludable.\*
- Puede ayudar a apoyar el funcionamiento articular saludable.\*
- Puede ayudar a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional.\*
- Aplicalo en la parte baja del abdomen para dar un masaje calmante.
- Puede ayudar a reducir la náusea ocasional\*
- Excelente para agregarlo a la comida para mejorar su sabor.
- Usa una o dos gotas en lugar del jengibre integral en tus recetas favoritas.
- Difúndelo para ayudar a crear una sensación de equilibrio.
- Difúndelo para aumentar tu energía al final de la tarde.
- Provee protección antioxidante.\*
- Úsalo con Fractionated Coconut Oil (aceite fraccionado de coco) para dar masajes estimulantes.

### **Grapefruit (pomelo)**

- Agrégalo a la rutina facial nocturna de tus adolescentes para mejorar la apariencia de manchas (evita la exposición al sol).
- Difúndelo mientras haces dieta o tratas de bajar de peso para aumentar tu motivación.
- Agrega una o dos gotas al agua que tomas para apoyar la salud del metabolismo.\*
- Para un masaje calmante que deje una fragancia ligera y edificante, usa Grapefruit (pomelo).

### **GX Assist®**

- Al hacer cambios hacia un estilo de vida saludable, GX Assist puede ser el primer paso de un programa de mantenimiento digestivo con aceites esenciales.

- GX Assist es una mezcla patentada de aceites esenciales CPGT Certificados como puros y de grado terapéutico® y ácido caprílico que provee una limpieza natural para un sistema digestivo saludable.\*

- Esta mezcla patentada de aceites esenciales CPGT y ácido caprílico apoya un sistema digestivo saludable.\*

### **HD Clear® Facial Kit (kit facial)**

- Limpia y purifica la piel y las uñas.
- Provee hidratación óptima para un nivel de humectación equilibrado.
- Ayuda a reducir la apariencia de manchas.
- Promueve un cutis claro y de apariencia saludable.
- Calma la piel irritada o dañada.
- Reduce la apariencia de piel grasosa.

### **HD Clear® Facial Lotion (loción facial)**

- Durante los años de adolescencia o tiempos problemáticos del mes, aplícalo para promover un cutis claro.
- Sin importar el clima o los elementos que encuentres, úsalo para mantener la piel limpia e hidratada.
- Parada tener una cara tersa y acariciable, aplícate esta loción para mejorar la textura de la piel.
- Úsalo para promover la claridad del cutis.
- Ayuda a reducir las erupciones.
- Alivia el enrojecimiento y las irritaciones.
- Úsalo como parte de tu rutina facial matutina y nocturna.

### **HD Clear® Foaming Face Wash (espuma para lavado facial)**

- Después de un día difícil para la piel, aplícalo para reducir la apariencia de manchas.
- Úsalo para renovar tu piel y promover un cutis terso y claro.
- Sin importar a lo que tu piel se vea expuesta, aplica este producto para mantenerla limpia e hidratada.
- Limpia sin resecar.
- Úsalo para eliminar aceite y suciedad, y disfruta de la sensación de frescura y limpieza.
- Úsalo como parte de tu rutina facial matutina y nocturna.

### **HD Clear® Topical Blend (mezcla tópica)**

- Aplicar para eliminar imperfecciones de la piel.
- Limpia e hidrata la piel para que se vea tersa y clara en la mañana.
- Durante los años de adolescencia, aplícala para promover la claridad del cutis.
- Úsalo para promover la claridad del cutis.
- Ayuda a reducir las erupciones.
- Úsalo como parte de tu rutina facial matutina y nocturna.
- Ayuda a mantener la piel limpia, clara e hidratada.

### **Healthy Hold Glaze (brillo fijador saludable)**

- Brinda acondicionador, suavizante y brillo inmediatos.
- Cuando el cabello es indomable, aplícalo para lograr una fijación ligera y un estilo perfecto y suave.
- Ayuda a mantener el cabello con una apariencia saludable, aunque se vea expuesto a la luz solar y al calor de las secadoras.
- Acondicionamiento activado por calor.

### **Helichrysum (helicriso)**

- Otro nombre común del helicriso es hierba de San Juan. También se lo conoce como “siempreviva” o “flor inmortal”.
- Investigaciones científicas recientes confirman el descubrimiento de que el helicriso mantiene la piel joven y saludable.
- Aplica Helichrysum (helicriso) tópicamente en la piel para reducir la apariencia de manchas.
- Aplícalo en la cara para reducir la apariencia de arrugas y promover un cutis radiante y juvenil.
- Usa Helichrysum (helicriso) junto con un masaje de cuerpo entero para promover la vitalidad y la energía.
- Dar masaje con este aceite esencial en las sienes y en la nuca para disfrutar de una sensación relajante.
- Helichrysum (helicriso) mejora la apariencia de la piel.
- Puede ayudar a promover la salud metabólica.\*
- Puede ayudar a apoyar la salud de los sistemas digestivo, inmunitario, nervioso y cardiovascular.\*
- Este aceite esencial ayuda a apoyar la salud pulmonar y de la función respiratoria.\*

- Helichrysum (helicriso) ayuda a mantener las encías, los dientes y la boca con una apariencia limpia y saludable.
- Puede calmar el sistema nervioso y apoyar su funcionamiento saludable.\*
- Ayuda a reducir sentimientos de fatiga mental.
- Helichrysum (helicriso) puede ayudar a apoyar la salud del hígado.\*
- Puede ayudar a mantener la función celular saludable y la salud celular general, para no mencionar la salud de la función y la respuesta inmunitaria.\*
- Helichrysum (helicriso) posee propiedades de limpieza interna.\*
- Helichrysum (helicriso) se mezcla bien con aceites esenciales de Bergamot (bergamota), Roman Chamomile (manzanilla romana), Clary Sage (esclárea), Clove (clavo), Cypress (Ciprés), Geranium (geranio), Grapefruit (pomelo), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Lime (lima), Melaleuca (árbol de té), Wild Orange (naranja silvestre), Oregano (orégano), Rosemary (romero), Tangerine (tangerina), Vetiver e Ylang Ylang.

### **Hydrating Cream (crema hidratante)**

- Esta rica pero ligera fórmula hidrata y acondiciona la piel instantáneamente.
- Esta crema hidratante ayuda a mejorar la apariencia de líneas finas y arrugas, y deja la piel sintiéndose rejuvenecida.
- Aplicala cada noche para ayudar a restaurar la humedad a la piel antes de enfrentar los estresantes medioambientales del día siguiente.
- Penetra la piel uniforme y eficazmente para permitir un equilibrio de humectación duradero.

### **IMMORTELLE Anti-Aging Blend (mezcla antienvjecimiento)**

- Ayuda a reducir la apariencia de arrugas y líneas de expresión.
- Ayuda a reducir factores que contribuyen a la apariencia de piel envejecida.
- Ayuda a sostener una piel tersa, más radiante y de apariencia juvenil.
- Aplicala como parte de tu rutina facial matutina y nocturna.
- Aplicala tópicamente para reducir la apariencia de manchas.
- Aplicala después de un largo día en la playa y disfruta de la sensación de suavidad.
- Aplicala bajo los brazos después de sudar con el ejercicio o de un día bajo el sol.
- Ayuda a embellecer la piel.
- Una mezcla de poderosos aceites en cada gota.
- Si se aplica en la nuca y en los lóbulos de las orejas, Immortelle puede ayudar a reducir sentimientos de tensión a lo largo del día.

## **InTune®**

- Mejora y sostiene el sentido de concentración.
- Apoya los esfuerzos de quienes tienen dificultades para prestar atención y mantenerse enfocados.
- Aplícala en las sienes y en la nuca cuando necesites atender tareas que requieren concentración.
- Aplícala en las muñecas o en las palmas de las manos e inhala profundamente para promover una sensación de claridad.
- Úsala en el trabajo para mantenerte concentrado o cuando te sientas cansado a media tarde.
- Difúndelo o echa una gota en un colgante y ponlo sobre el escritorio u otra área clave del aula de clase.
- Mezcla para la hora de estudiar.
- Tu mezcla favorita para enfocarte.

## **Invigorating Scrub (estregador vigorizante)**

- Tiene propiedades vigorizantes y refrescantes.
- Exfolia mientras humecta la piel.
- Promueve la claridad de la piel.
- Reduce la aparición de manchas y descoloración.

## **IQ Mega®**

- Promueve el funcionamiento saludable de los sistemas cardiovascular, nervioso e inmunitario.\*
- Apoya la salud y el bienestar de la función articular.\*
- Provee importantes nutrientes moduladores que aportan a la salud de la función inmunitaria.\*
- Protege contra la oxidación de lípidos y apoya el funcionamiento saludable del cerebro y los ojos.\*
- Promueve la salud de la piel.\*

## **Jasmine (jazmín)**

- Evoca sentimientos de gozo, paz y autoconfianza.
- Ayuda a equilibrar el estado de ánimo a lo largo del mes.
- Promueve un cutis de apariencia saludable y radiante.

- Nutre y protege la piel y el cuero cabelludo.
- Reduce la apariencia de manchas en la piel.

### **Juniper Berry (baya de enebro)**

- Juniper Berry (baya de enebro) apoya la salud de los riñones y la función del tracto urinario.\*
- Reduce la apariencia de manchas en la piel.
- Usa Juniper Berry (baya de enebro) como un tónico natural de la piel.
- Este aceite esencial actúa como agente limpiador y desintoxicante natural.\*
- Agrega 1 o 2 gotas de Juniper Berry (baya de enebro) al agua o bebidas cítricas como parte de un régimen de limpieza natural.\*
- Aplica una gota en la piel para promover un cutis claro y saludable.
- Difunde Juniper Berry (baya de enebro) con aceites cítricos para refrescar y purificar el aire y para reducir el estrés.
- Difúndelo para generar sentimientos positivos.
- Juniper Berry (baya de enebro) se mezcla bien con Cedarwood (madera de cedro), Clary Sage (esclárea), Grapefruit (pomelo), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Lime (lima), Wild Orange (naranja silvestre), Petitgrain (granito francés), Rosemary (romero), Spikenard (nardo), Tangerina (tangerina), Bergamot (bergamota) y Cypress (ciprés).
- Su aroma leñoso, especiado pero fresco tiene un efecto calmante y estabilizador.
- Juniper Berry (baya de enebro) ayuda a mantener la función celular saludable y la salud celular general.\*
- Apoya la salud de la función y respuesta inmunitarias.\*
- Este aceite esencial apoya la salud general del sistema digestivo.\*
- Juniper Berry (baya de enebro) apoya la salud pulmonar y la función respiratoria.\*
- Puede ayudar a mantener las encías, los dientes y la boca con una apariencia limpia y saludable.
- Apoya la salud del sistema cardiovascular y del hígado.\*
- Puede calmar el sistema nervioso y apoyar su funcionamiento saludable.\*
- Juniper Berry (baya de enebro) posee propiedades de limpieza interna.\*

### **Lavender (lavanda)**

- Lavender (lavanda) es ampliamente usado por sus cualidades calmantes y relajantes.
- Alivia irritaciones ocasionales de la piel.

- Lavender (lavanda) reduce la apariencia de imperfecciones en la piel.
- Este aceite esencial ayuda a aliviar sentimientos de tensión.\*
- Echa unas gotas de Lavender (lavanda) en almohadas, ropa de cama o plantas de los pies y disfruta de un sueño nocturno reparador.
- Desodoriza tu clóset de ropa de cama, colchón, automóvil o el aire combinando Lavender (lavanda) con agua en una botella con atomizador.
- Agrega Lavender (lavanda) al agua de la bañera para darte un baño relajante o aplícatelo en las sienes y la nuca.
- Úsalo en la cocina para suavizar los sabores cítricos y agregar un gustoso toque a marinadas, platos horneados y postres.
- Ingiere Lavender (lavanda) para reducir sentimientos de ansiedad.\*
- Ingiere Lavender (lavanda) para disfrutar de un sueño tranquilo.\*
- Lavender (lavanda) es una excelente adición a cualquier tratamiento para el cabello, champú o acondicionador. Puede ayudar a mantener el cuero cabelludo con una apariencia limpia y saludable.
- Ayuda a mantener el cabello con una apariencia abundante y saludable.
- Puede apoyar el corazón y el sistema cardiovascular.\*
- También puede ayudar a apoyar la función y la respuesta inmunitarias saludables durante épocas de amenazas estacionales.\*
- Lavender (lavanda) ayuda sinérgicamente a aliviar y calmar el sistema nervioso.\*
- Puede ser particularmente calmante y apoyar estados de ánimo saludables durante la menstruación y la menopausia.
- Lavender (lavanda) promueve sentimientos de vitalidad.
- Puede reducir sentimientos de ansiedad, aunque se haya perdido la habilidad de oler aromas.
- Si se diluye y se frota en el abdomen de infantes o si se agrega al agua de la bañera, Lavender (lavanda) puede promover sentimientos de calma y tranquilidad.
- Este aceite esencial evoca sentimientos positivos de autoconciencia.
- Es útil difundirlo cuando uno está tratando de mantenerse enfocado.
- Lavender (lavanda) mejora subjetivamente los ambientes de trabajo.
- Promueve sentimientos de respiración despejada y vías aéreas abiertas.

### **Lemon (limón)**

- Lemon (limón) limpia y purifica el aire y las superficies.

- Si se difunde, Lemon (limón) es muy edificante y energizante, y puede ayudar a mejorar el estado de ánimo.
- Limpia naturalmente el cuerpo y ayuda con la digestión.\*
- Apoya la salud de la función respiratoria.\*
- Puede ayudar con el malestar respiratorio estacional.\*
- Difunde Lemon (limón) para promover un estado de ánimo positivo.
- Ingiere Lemon (limón) para aliviar el malestar respiratorio estacional.\*
- Agrega aceite esencial de Lemon (limón) y agua a una botella con atomizador para limpiar mesas, mostradores y otras superficies.
- El aceite de Lemon (limón) es un excelente pulidor de muebles; simplemente combina unas gotas con aceite de olivo para limpiar, proteger y sacar brillo a los acabados de madera.
- Usa un paño impregnado con aceite esencial de Lemon (limón) para conservar y proteger tus muebles de cuero y otras superficies o prendas de vestir de cuero.
- El aceite esencial de Lemon (limón) es un remedio excelente para las primeras etapas de oxidación en plata y otros metales.
- Echa unas gotas de Lemon (limón) en un paño para ayudar a sacar de las superficies desechos pegajosos y difíciles.
- Lávate las manos con aceite esencial de Lemon (limón) para retirar grasa después de cambiar el aceite de tu automóvil.
- Agrega Lemon (limón) para mejorar el sabor de postres y platos principales.
- Promueve el funcionamiento saludable del tracto gastrointestinal.\*
- Usa aceite esencial de Lemon (limón) con tu enjuague bucal para calmar la boca y la garganta.

### **Lemongrass (citronela)**

- Combina Lemongrass (citronela) con aceite transportador para dar un masaje después del ejercicio arduo.
- Aplica Lemongrass (citronela) después de una larga carrera y disfruta de su refrescante sensación.
- Agrega Lemongrass (citronela) a tu propio limpiador facial para tonificar y purificar la piel.
- Usa Lemongrass (citronela) para dar sabor a entrantes y platos de carnes.
- Combínalo con Melaleuca (árbol de té) y aplícatelo en las uñas de los pies para darles una apariencia de limpieza y salud.

- Frótate o rocíate Lemongrass (citronela) antes de salir al aire libre.
- Se mezcla bien con Basil (albahaca), Cardamom (cardamomo) o Spearmint (hierbabuena).
- Difúndelo para disfrutar de su refrescante aroma.
- Combínalo con Peppermint (menta) en una cápsula para apoyar la función gastrointestinal saludable y mantener la salud digestiva.\*
- Repele insectos naturalmente.

## **Lime (lima)**

- El aceite esencial de Lime (lima) apoya la salud de la función inmunitaria.\*
- Afecta positivamente el estado de ánimo con sus propiedades estimulantes y refrescantes.
- A menudo es usado como limpiador interno.\*
- Lime (lima) promueve el equilibrio y el bienestar emocional.
- Difunde Lime (lima) para limpiar el aire y elevar el estado de ánimo.
- Hecha un poco de Lime (lima) en una bola de algodón para ayudar a retirar manchas de grasa y residuos de pegatinas.
- Agrega una gota de Lime (lima) al agua que bebes para mejorar su sabor y apoyo antioxidante.\*
- Agrega una gota a los limpiadores faciales, champús o pastas dentales para agregar propiedades limpiadoras.
- Combina Lime (lima) con aceite esencial de Melaleuca (árbol de té) para disfrutar de un masaje relajante en el cuero cabelludo.
- Agrega una gota de este aceite fuerte y agrio a tu salsa.
- Difúndelo mientras estudias y luego aplícatelo en las muñecas más tarde cuando estés tomando exámenes sobre esos temas.
- El aceite esencial de Lime (lima) se mezcla bien con Cedarwood (madera de cedro), Black Pepper (pimienta negra), Cilantro, Lemon (limón), Lemongrass (citronela) y Melaleuca (árbol de té).
- Reemplaza las bebidas azucaradas añadiendo al agua una gota de Lemon (limón) y Lime (lima) para darle un refrescante sabor.
- Lime (lima) reduce la aparición de manchas y mantiene la piel con una apariencia saludable si se aplica tópicamente.
- También apoya la salud pulmonar y la función del sistema respiratorio.\*
- Promueve dientes limpios y de apariencia saludable.

- Este aceite esencial puede apoyar la salud del cerebro y el sistema nervioso mientras tiene propiedades calmantes sobre el sistema nervioso.\*
- Lime (lima) es energizante y edificante si se difunde o aplica tópicamente.
- Apoya el control de peso saludable.\*
- Apoya la salud del metabolismo.\*
- Lime (lima) puede apoyar niveles de azúcar y colesterol sanguíneo saludables que ya están en el rango normal.\*
- Puede apoyar la salud de la función y respuesta inmunitarias.\*
- Apoya la función y salud gastrointestinal y alivia la agrura e indigestión ocasionales.\*
- Lime (lima) puede apoyar la salud del colon.\*
- Lime (lima) puede también ayudar a apoyar la salud cardiovascular.\*

### **Marjoram (mejorana)**

- Es apreciada por sus propiedades calmantes y por su efecto positivo en el sistema nervioso.\*
- Agrégalo a una mezcla para masajes calmantes a fin de atender músculos cansados y estresados.
- Promueve la salud de la función inmunitaria.\*
- Puede promover el funcionamiento saludable del sistema cardiovascular.\*
- Aplicalo en la nuca para reducir sentimientos de estrés.
- Usa aceite esencial de Marjoram (mejorana) en tu próxima recetada que requiera mejorana desecada. Usualmente una gota de aceite esencial es equivalente a dos cucharaditas de yerbas desecadas.
- Aplicalo en los músculos antes y después del ejercicio.
- Se mezcla con Lavender (lavanda) y Rosemary (romero).
- Aplicalo a los pies de un niño inquieto antes de una siesta.

### **Melaleuca (árbol de té)**

- Melaleuca (árbol de té) es reconocido por su efecto limpiador y rejuvenecedor de la piel.
- Promueve la salud de la función inmunitaria.\*
- Protege contra amenazas medioambientales y estacionales.\*
- Para irritaciones ocasionales de la piel, aplicar 1 a 2 gotas de aceite esencial de Melaleuca (árbol de té) sobre el área afectada.

- Agregar 1 a 2 gotas de Melaleuca (árbol de té) al agua, bebidas cítricas o cápsulas vegetales dōTERRA para apoyar la función saludable del sistema inmunitario.\*
- Combina una o dos gotas de Melaleuca (árbol de té) con limpiador o humectante facial para agregar propiedades limpiadoras.
- Aplicarte Melaleuca (árbol de té) en la piel después de afeitarte.
- Prueba aplicar este aceite esencial en las uñas de las manos y los pies después de bañarte para purificar y mantener las uñas con una apariencia saludable.
- Agrega unas gotas de Melaleuca (árbol de té) al agua en una botella atomizadora y úsalo sobre superficies para proteger contra amenazas medioambientales.
- Crea loción para después de afeitarte combinando Melaleuca (árbol de té) y Cedarwood (madera de cedro).
- Aplicalo a las plantas de los pies y dentro de los zapatos para evitar el mal olor.
- Agrega Melaleuca (árbol de té) al agua por sí solo o con aceites esenciales de Peppermint (menta) y Lemon (limón) para crear un refrescante enjuague bucal y del aliento.
- Melaleuca (árbol de té) promueve un cuero cabelludo de apariencia saludable y limpia.
- Difunde Melaleuca (árbol de té) para purificar y refrescar el aire.
- Melaleuca (árbol de té) apoya la salud de la función articular y alivia el dolor corporal posterior al ejercicio.\*
- Puede apoyar la función celular saludable.\*
- Melaleuca (árbol de té) ayuda a reducir la apariencia de manchas si se aplica en la piel.
- También apoya la salud pulmonar y la función del sistema respiratorio.\*
- Apoya sentimientos de vías aéreas abiertas y fácil respiración.
- Este aceite esencial ayuda a apoyar la salud gastrointestinal.\*
- Agrega unas gotas de Melaleuca (árbol de té) al champú y haz espuma en el cabello para mantenerlo luciendo abundante, limpio y saludable.

### **Melissa (toronjil)**

- Melissa (melisa) puede ayudar a apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Calma la tensión y los nervios.
- Difunde Melissa (melisa) por la noche o frótalo en la frente, los hombros o el pecho para reducir el estrés y promover el bienestar emocional.
- Melissa (melisa) promueve sentimientos de relajamiento.

- Difúndelo para elevar el estado de ánimo.
- Échate una o dos gotas debajo de la lengua o en el cielo del paladar y trágalas.
- Agrega Melissa (melisa) a un humectante o agua en una botella con atomizador y rocíate la cara para rejuvenecer la piel y refrescar tus pensamientos.
- Melissa (melisa) ayuda a la piel a verse limpia y saludable, y reduce las apariciones de manchas si se aplica tópicamente.
- Mezcla Melissa (melisa) con dōTERRA On Guard® para aumentar sus beneficios.
- Difúndelo para crear un ambiente relajante que propicie el sueño nocturno reparador.
- Melissa (melisa) promueve la salud emocional.
- Este aceite esencial apoya la memoria y la salud cognitiva (especialmente porque ayuda con problemas de memoria leves asociados con el envejecimiento).\*
- Calma el sistema nervioso.\*
- Apoya la salud digestiva.\*
- Melissa (melisa) promueve la salud de la función y respuesta inmunitaria.\*
- Apoya el hígado y la vesícula biliar.\*
- Melissa (melisa) apoya la salud de la función celular, particularmente en las mamas, los ovarios, la sangre, los tejidos epiteliales, los tejidos cerebrales y los tejidos del colon.\*
- Ayuda a calmar y aliviar los músculos.\*
- Promueve niveles saludables de colesterol que ya están en el rango normal.\*
- Brinda apoyo antioxidante.\*
- Este aceite esencial apoya la salud de la función hepática.\*
- Apoya niveles de azúcar sanguíneo saludables que ya están en el rango normal.\*
- Melissa (melisa) limpia y purifica superficies por toda la casa, y es especialmente útil en la cocina.

### **Microplex VMz®**

- Microplex VMz provee 22 vitaminas y minerales esenciales para apoyar el crecimiento, la función y el mantenimiento normal de las células.\*
- Combate los radicales libres con las vitaminas antioxidantes A, C y E.\*
- Apoya el metabolismo saludable y la energía celular.\*
- Apoya la salud ósea con calcio, magnesio, zinc y vitamina D.\*
- Microplex VMz apoya la salud de la función inmunitaria.\*

- Apoya la digestión saludable.\*
- Microplex VMz brinda los beneficios sistémicos de vitalidad y bienestar asociados con la ingestión óptima de nutrientes esenciales.\*
- Provee una mezcla equilibrada de las vitaminas antioxidantes esenciales A, C y E; un complejo energético de vitaminas B; y 800 UI de vitamina D.\*
- Microplex VMz incluye una mezcla de botánicos alimenticios integrales: col rizada, diente de león, cebada, alga marina, brócoli, col de Bruselas, repollo y espinaca.
- Contiene una mezcla equilibrada de minerales quelados incluso calcio, magnesio, zinc, selenio, cobre, manganeso, cromo y otros minerales quelados.
- Microplex VMz contiene un espectro completo de formas de vitamina E incluso tocotrienoles.
- Contiene la mezcla digestiva “domadora de estómagos” de dōTERRA: menta, jengibre y semilla de alcaravea.\*
- Hecho con cápsulas vegetales sin sodium lauryl sulfate; no contiene leche ni productos derivados del trigo.
- Microplex VMz es formulado especialmente para usarse a diario con xEO Mega® y Alpha CRS®+ como un fundamento de suplementación dietética integral para una vida de vitalidad y bienestar.\*

### **Mito2Max®**

- Toma Mito2Max cuando tus niveles de energía estén bajos.\*
- Úsalo antes de estudiar para ayudarte a aumentar la energía mental.\*
- Cuando estés cansado, usa Mito2Max para disfrutar de un aumento en la energía.\*
- Esta mezcla apoya la producción saludable de energía celular.\*
- También apoya la función mitocondrial saludable y la capacidad aeróbica, y mejora la resistencia naturalmente sin el uso de estimulantes dañinos.\*
- Mito2Max mantiene la salud cardíaca y promueve la circulación saludable.\*
- Ayuda al cuerpo a adaptarse más rápidamente a las diversas actividades de la vida.\*
- Reduce la fatiga y mejora la resistencia.\*
- Apoya la producción de energía y ayuda a mantener la salud cardiovascular y de la función cognitiva.\*
- Mito2Max ayuda a apoyar la salud mental y la circulación al cerebro.\*
- Apoya el envejecimiento general saludable.\*

- El extracto de raíz de Ashwagandha ha sido usado por generaciones para aumentar los niveles de energía y apoyar la inmunidad y la libido, mientras que también tiene un efecto positivo en el estado de ánimo, el sueño y el estrés.\*
- Mito2Max facilita el metabolismo de grasas.\*
- Puede ayudar a mejorar problemas de memoria leves, el periodo de concentración y las declinaciones en el desempeño mental asociados con el proceso normal de envejecimiento.\*
- Ayuda a estimular la síntesis de proteínas y fosfolípidos de la membrana celular.\*
- Ayuda a apoyar el funcionamiento normal y saludable del sistema nervioso.\*
- Mito2Max puede reducir el estrés oxidativo y ayudar a proteger contra daños oxidativos en el cerebro.\*
- Apoya un estado de ánimo positivo.\*
- Provee beneficios antioxidantes a las células del sistema nervioso.\*
- Apoya la presión arterial saludable que ya está en el rango normal.\*
- Su poder antioxidante protege las células contra radicales libres y ayuda a proteger contra la oxidación a algunos de los tejidos corporales más delicados, tales como los ojos, las mamas, el colon, el corazón, la próstata y los pulmones.
- Mito2Max puede ayudar a apoyar los tejidos de las articulaciones.\*
- Puede aumentar la producción de ATP y mejorar la habilidad del cuerpo para consumir combustible en forma más eficiente.\*
- Ayuda al cuerpo a adaptarse al estrés fisiológico y psicológico y a los cambios.\*
- Promueve sentimientos de bienestar y apoya un estado de ánimo saludable y positivo.\*
- Mito2Max mejora la calidad del sueño.\*
- Puede ayudar a apoyar y mantener niveles de glucosa saludables que ya están en el rango normal.\*

### **Myrrh (mirra)**

- Myrrh (mirra) tiene un aroma cálido, rico, balsámico y terroso que se mezcla mejor con Frankincense (incienso), pero también se mezcla bien con Lavender (lavanda), Cedarwood (madera de cedro), Sandalwood (sándalo), Juniper (enebro), Geranium (geranio), Rosemary (romero), Sage (salvia), Clove (clavo), Patchouli (pachulí) y Peppermint (menta).
- Myrrh (mirra) aumenta la conciencia espiritual y promueve un estado de ánimo creativo, inspirado y enérgico si se usa en aromaterapia y masajes.

- Difunde Myrrh (mirra) para ayudarte a promover la conciencia y elevar tu estado de ánimo.
- Este aceite esencial promueve el equilibrio y el bienestar emocional.
- Posee potentes propiedades limpiadoras, especialmente para la boca y la garganta.
- Myrrh (mirra) puede usarse para apoyar la salud y la respuesta de la función inmunitaria, el sistema respiratorio y la salud de la boca y la garganta.\*
- Puede ayudar a apoyar la función respiratoria saludable.\*
- Myrrh (mirra) relaja la piel y promueve un cutis de apariencia tersa y juvenil.
- Agrega una o dos gotas a la pasta dental para aumentar los beneficios de limpieza.
- Agrégalo a tu crema/humectante para ayudar a reducir la apariencia de arrugas y líneas de expresión.
- Agrega una o dos gotas de Myrrh (mirra) a un cuarto de taza de agua con un poquito de agave o miel para ayudar a aliviar el estómago.
- Agrega una o dos gotas a dos onzas de agua y haz gárgaras con ese eficaz enjuague bucal.
- Agrega una gota de Myrrh (mirra) a un humectante diario para ayudar a promover piel de apariencia juvenil.
- Difunde Myrrh (mirra) cuando los niveles de tensión sean altos.
- Puede ayudar a promover la salud de la función y respuesta inmunitaria.\*
- Myrrh (mirra) tiene propiedades para limpiar superficies.
- Puede apoyar la función celular saludable.\*
- Ayuda a relajar el sistema músculoesquelético y aliviar la tensión.\*
- Combina unas gotas de Myrrh (mirra) con Wild Orange (naranja silvestre) y Roman Chamomile (manzanilla romana) y agrégalo al agua de la bañera para disfrutar de una experiencia de aromaterapia que además promueve la apariencia saludable y juvenil de la piel.
- Prueba la difusión de Myrrh (mirra) durante los días festivos para mantener sentimientos de paz por todo el hogar.

### **doTERRA On Guard® Beadlet (perlas)**

- Manténlas en la lonchera de tus hijos y haz que tomen una perla al día durante los meses fríos de invierno.
- Manténlas en tu bolsa para llevar contigo su apoyo inmunitario.\*
- Fácilmente puedes echarlas en la boca una perla al día para refrescar el aliento.

- Práctico método de consumo de doTERRA On Guard Protective Blend (mezcla protectora).

- Promueve la salud de las funciones inmunitaria y respiratoria.\*

doTERRA On Guard® Cleaner Concentrate (limpiador concentrado)

- Agrega una cucharada a una botella con atomizador para crear un rocío limpiador multipropósito.

- Rocíalo sobre mostradores después de cocinar carne cruda.

- Úsalo como limpiador atóxico sobre superficies donde se come.

- ¿Tiene mal olor el perro, la bolsa del gimnasio o el depósito de basura? Rocía esta mezcla por doquier en la casa para reducir el mal olor.

- Facilita la limpieza usando doTERRA On Guard Cleaner Concentrate (limpiador concentrado) en un cuarto de baño sucio.

- Úsalo sobre manchas pegajosas y difíciles de sacar en tu hogar.

- Después de un día de juegos, rocía los juguetes con este limpiador o mételos en una mezcla de agua con limpiador.

- Protege naturalmente contra ciertos factores medioambientales.

### **doTERRA On Guard® Foaming Hand Wash (espuma lavamanos)**

- Agrégala a una botella con bomba espumadora y mantenla en la cocina y en el lavabo del baño, y úsala a menudo para mantener las manos limpias y suaves a lo largo del día.

- Úsala para lavarte las manos antes de comer.

- Si tus hijos tienen una nariz sensible, les encantará el aroma de canela y cítricos de este jabón.

- Después de trabajar en el automóvil, usa doTERRA On Guard Foaming Hand Wash (espuma lavamanos) por su habilidad limpiadora mejorada que la separa de otras marcas.

- Limpiadores y emolientes suaves limpian y suavizan las manos a lo largo del día sin resecar o irritar la piel delicada.

### **dōTERRA On Guard® Laundry Detergent (detergente para ropa)**

- Úsalo con camisetas manchadas de grasa para que se vean otra vez como nuevas.

- Agrégalo a tu próxima carga de ropa delicada para ayudar a preservar los tejidos suaves y delicados.

- No es necesario usar media botella para limpiar la ropa como quieres; simplemente agrega una cucharada de detergente a la lavadora con cada carga para resultados más eficaces.

- doTERRA On Guard Laundry Detergent (detergente para ropa) ayuda a retirar de cada carga amenazas medioambientales a fin de mantener a tu familia segura y tus ropas frescas y limpias.

### **doTERRA On Guard® Natural Whitening Toothpaste (pasta dental blanqueadora natural)**

- Úsala antes de una noche de fiesta con tu cónyuge para refrescar tu aliento.
- Segura para dientes hipersensibles.
- En preparación para visitar al dentista, úsala para retirar placa y manchas.
- Limpia y refresca el aliento.
- Es lo suficientemente suave para no dañar el esmalte dental.
- Mejora la apariencia de los dientes.
- Fórmula sin flúor ayuda a reducir la placa mientras blanquea los dientes.
- Singular sabor a canela-menta mezclado con xylitol para limpiar y refrescar el aliento y el cepillo de dientes.
- Brinda los beneficios protectores de la mezcla de aceites esenciales doTERRA On Guard.
- Contiene aceite esencial de Myrrh (mirra) que ayuda a limpiar.
- Blanquea los dientes naturalmente, eliminando manchas con agentes pulidores suaves.

### **doTERRA On Guard® Protecting Throat Drops (grageas protectoras de la garganta)**

- Brinda las propiedades de apoyo inmunitario que ofrece doTERRA On Guard Protective Blend (mezcla protectora).
- Chúpalas durante un vuelo para ayudarte a apoyar tu sistema inmunitario.
- Manténlas en tu bolsa o automóvil como un práctico fortalecedor inmunitario.
- Regálalas a los maestros para ayudarles durante las estaciones frías de invierno.
- Úsalas para ayudar a dar alivio calmante a una garganta seca e irritada.
- Úsalas durante condiciones de clima severo.
- Úsalas antes de dar un discurso o enseñar una clase.
- Compártelas con tus compañeros de teatro antes de entrar al escenario.
- Ayudan a calmar y aliviar la garganta seca e irritada.

## **doTERRA On Guard®**

- Con su singular aroma, doTERRA On Guard ofrece una manera fragante y natural de limpiar.
- doTERRA On Guard es una alternativa eficaz a las opciones sintéticas de apoyo inmunitario.\*
- Difúndelo para limpiar el aire.
- Echa 2 o 3 gotas en una cápsula vegetal para fortalecer rápidamente el sistema inmunitario.\*
- Apoya las defensas antioxidantes naturales del cuerpo.\*
- Frótalo en las plantas de los pies de los niños durante la estación escolar.
- Difúndelo en tu casa antes de que lleguen tus amigos para ayudar a limpiar el aire y agregar un aroma especiado y dulce.
- Difúndelo en el aula de clases para agregar un aroma edificante.
- Apoya la función inmunitaria saludable.\*
- Protege contra amenazas medioambientales.
- Difúndelo en tu hogar u oficina durante los meses de otoño e invierno.
- Agrégalo al agua para crear un eficaz limpiador de todo tipo de superficies.
- Apoya la salud de la función respiratoria.\*

## **doTERRA On Guard® + Softgels (cápsulas blandas)**

- Llévalo cuando vayas de vacaciones por sus propiedades fortalecedoras inmunitarias sobre la marcha.\*
- Una manera práctica de consumir la mezcla doTERRA On Guard.
- Regálalo a amigos y parientes que necesiten fortalecimiento inmunitario pero no les gusta el sabor de los aceites esenciales.\*
- Fortalece tu sistema inmunitario antes de un evento grande: simplemente toma una cápsula durante los cinco días previos.\*
- Protege contra amenazas medioambientales.\*
- Apoya la salud de la función respiratoria.\*
- Apoya y mantiene un sistema inmunitario saludable.\*

## **Oregano (orégano)**

- Echa dos o tres gotas de aceite esencial de Oregano (orégano) en una cápsula vegetal doTERRA para ayudar a mantener un sistema inmunitario saludable.\*

- Agrega 10 gotas a una botella aerosol llena de agua para crear instantáneamente un rocío limpia-mostradores.
- Agrega una gota de aceite esencial de Oregano (orégano) en lugar de una cucharada de orégano en polvo a tu plato italiano favorito.
- Oregano (orégano) apoya la digestión saludable.\*
- Apoya la salud de la función respiratoria.\*
- Puede ayudar a apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Este aceite esencial puede usarse como un potente agente limpiador y purificador.
- Diluye Oregano (orégano) con doTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) o agrégalo para un humectante y aplícalo en la piel.
- Promueve una boca limpia y saludable si se usa tópicamente.
- Oregano (orégano) puede ayudar a promover un estado de ánimo positivo.\*
- Puede calmar el sistema nervioso.\*
- Puede relajar el sistema músculoesquelético.\*
- Apoya la función hepática saludable.\*
- Junto con mejores patrones de dieta y ejercicio, Oregano (orégano) puede contribuir a una mejor salud y bienestar general.
- Apoya la salud del sistema cardiovascular.\*
- Brinda un poderoso apoyo antioxidante.\*
- Agrega unas gotas de orégano a doTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) como parte de un masaje calmante.
- Oregano (orégano) se mezcla bien con Bergamot (bergamota), Cedarwood (madera de cedro), Cinnamon (canela), Clove (clavo), Eucalyptus (eucalipto), Frankincense (incienso), Ginger (jengibre), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Rosemary (romero) y Thyme (tomillo).

### **PastTense® Tension Blend (mezcla para aliviar la tensión)**

- Alivia sentimientos de tensión.
- Ayuda a reducir sentimientos de estrés y ansiedad.
- Ayuda a crear emociones estables y equilibradas.
- Póntelo en las sienes y en la nuca antes de tomar un examen.
- Aplícalo en las plantas de los pies antes de una reunión importante para ayudarte a aliviar sentimientos de estrés.
- Aplícatelo en las muñecas mientras viajas para ayudarte a calmar las emociones.

- Masajea los hombros, el cuello y la espalda para disfrutar de una sensación refrescante y calmante.
- Calma las emociones.
- Envasado para su aplicación práctica en una botella con roll-on.

### **Patchouli (pachulí)**

- Agrégalo al humectante diario para ayudar a reducir la apariencia de manchas.
- Agrega tres o cuatro gotas a un difusor para ayudar a crear emociones estabilizadas y equilibradas.
- Aplica una o dos gotas en la nuca después de un largo día de trabajo.
- Promueve un cutis terso y radiante.
- Es reconocido por su aroma almizcleño y dulce.

### **PB Assist® + Probiotic Defense Formula (fórmula probiótica defensora)**

- Toma dos cápsulas al día para ayudar a apoyar la salud del sistema digestivo.\*
- Promueve el equilibrio positivo y la proliferación de bacterias beneficiosas.\*
- Mantiene un equilibrio saludable de microflora intestinal.\*
- Apoya el funcionamiento saludable de los sistemas digestivo e inmunitario.\*
- Apoya la salud del tracto gastrointestinal, particularmente de los intestinos y el colon.\*
- Ayuda a apoyar el metabolismo óptimo y la absorción de alimentos.\*

### **PB Assist® Jr**

- PB Assist Jr promueve el equilibrio de microflora saludable y apoya la función de los sistemas inmunitario y gastrointestinal.\*
- PB Assist+ es una fórmula patentada de fibra prebiótica y seis cepas de microorganismos probióticos.\*
- Provee una de las cepas de probióticos mejor investigadas (Lactobacillus rhamnosus GG) en una exclusiva forma microencapsulada para asegurar potencia, estabilidad, viabilidad y beneficio.\*
- Esta mezcla especial alienta el crecimiento de bacterias amistosas.\*
- Las bacterias permanecen viables a través del proceso digestivo y son capaces de colonizar el intestino debido a la forma microencapsulada que protege esta sepa de probióticos.\*
- Las cepas de probióticos que contiene PB Assist Jr son equivalentes a aproximadamente cinco veces la cantidad de las mismas cepas “no-microencapsuladas”.\*

- PB Assist Jr apoya la salud de los sistemas digestivo e inmunitario.\*
- Mejora la flora amistosa en el sistema digestivo.\*
- Ayuda al cuerpo con la absorción óptima de nutrientes.\*
- Promueve un equilibrio positivo y la proliferación de bacterias beneficiosas.\*
- PB Assist Jr apoya el metabolismo óptimo.\*
- PB Assist Jr apoya el funcionamiento saludable de los sistemas digestivo, nervioso e inmunitario.\*
- Apoya la descomposición y absorción de nutrientes, particularmente los carbohidratos.\*
- Apoya el metabolismo saludable de lípidos y sintetiza las vitaminas.\*
- PB Assist Jr promueve la función saludable de los pulmones y el tracto respiratorio.\*
- Apoya la salud del tracto urinario.\*
- Esta mezcla de probióticos apoya la salud de la función intestinal y puede ayudar a aliviar el estreñimiento ocasional.\*

### **Peppermint (menta)**

- Frótatelo en las sienes después de despertarte en la mañana para disfrutar de un aumento en la energía.
- Difúndelo cuando te sientas fatigado o falta de energía.
- Toma 1 o 2 gotas en una cápsula vegetal para aliviar el malestar estomacal ocasional.\*
- Promueve la salud digestiva.\*
- Échate una gota en la boca para ayudarte a refrescar el aliento.
- Agrega 2 a 3 gotas a tu receta de licuado favorito para darle un toque refrescante.
- Échate una gota en la palma de la mano con una gota de Wild Orange (naranja silvestre) y una gota de Frankincense (incienso) e inhala para obtener energía en medio del día.
- Ayuda a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional.\*
- Promueve la salud de la función respiratoria y despeja las vías aéreas.\*
- Es usado comúnmente en productos de higiene oral.
- Promueve sentimientos de vías aéreas despejadas y fácil respiración si se difunde.
- Se mezcla bien con Lavender (lavanda) para crear una mezcla para masajes calmantes.

- Agrégalo a una compresa de agua fría o a un baño de pies para enfriarte cuando tengas calor.
- Inhálalo para disfrutar de un aumento en la energía sin estimulantes cuando manejes largas distancias.
- Agrégalo al champú o acondicionador para darte un masaje estimulante en el cabello.
- Repele insectos naturalmente.
- Rociálo alrededor de ventanas y puertas.
- Difúndelo durante tu tiempo de estudio.
- Aplicálo tópicamente para aliviar sentimientos de tensión.

### **Peppermint Beadlet (menta en perlas)**

- Manténlo en tu bolsa o bolsillo para refrescar tu aliento fácilmente.
- Toma 1 o 2 gotas en una cápsula vegetal para aliviar el malestar estomacal ocasional.\*
- Ayuda a reducir la hinchazón, la flatulencia y la indigestión ocasional.\*
- Promueve la salud de la función respiratoria y despeja las vías aéreas.\*
- Brinda los beneficios de Peppermint (menta) en un práctico sistema de administración.

### **Petitgrain (granito francés)**

- Petitgrain (granito francés) puede ayudar a apoyar la función cardiovascular saludable.\*
  - Puede ayudar a apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Este aceite esencial puede proveer apoyo antioxidante.\*
- Puede ayudar a promover el sueño reparador.\*
  - Agrega una o dos gotas de Petitgrain (granito francés) a agua o jugo y bébelo para ayudar a apoyar la salud de los sistemas cardiovascular, inmunitario, nervioso y digestivo.\*
  - Ingiere Petitgrain (granito francés) para ayudar a aliviar sentimientos de tensión y calmar el sistema nervioso.\*
  - Petitgrain (granito francés) tiene un aroma cítrico, fresco, floral, ligeramente leñoso y herbáceo.
  - Se mezcla bien con Bergamot (bergamota), Cassia (casia), Cinnamon (canela), Geranium (geranio), Lemon (limón), Lemongrass (citronela), Lime (lima), Sage (salvia) y Tangerine (tangerina).

- Al igual que Lavender (lavanda) y Bergamot (bergamota), Petitgrain (granito francés) tiene un aroma calmante y relajante.
- Petitgrain (granito francés) puede ayudar a aliviar sentimientos de tensión, calmar el sistema nervioso y promover el sueño reparador.\*
- Antes de acostarte, echa unas gotas de Petitgrain (granito francés) junto con Lavender (lavanda) y Bergamot (bergamota) en almohadas, ropa de cama o en las plantas de los pies para promover sentimientos de relajamiento.
- Investigaciones experimentales sugieren que el aceite esencial de Petitgrain (granito francés) puede ayudar a apoyar la salud de los sistemas cardiovascular, inmunitario, nervioso y digestivo.\*
- Difunde Petitgrain (granito francés) para promover sentimientos de calma.
- Petitgrain (granito francés) tiene propiedades para limpiar superficies.

### **Phytoestrogen Lifetime Complex (complejo fitoestrogénico vitalicio)**

- Tomar Phytoestrogen Lifetime Complex (complejo fitoestrogénico vitalicio) todos los días ayuda a equilibrar y apoyar los niveles hormonales normales a lo largo de la vida de una mujer.
- Phytoestrogen Lifetime Complex (complejo fitoestrogénico vitalicio) apoya suavemente a la mujer durante su ciclo menstrual.\*
- Ayuda a disminuir los síntomas normales de la menopausia, tales como bochornos y sudores nocturnos.\*
- También ayuda a apoyar la salud de los huesos, el corazón y los tejidos mamarios a medida que la mujer envejece.\*

### **Pore Reducing Toner (tónico reductor de poros)**

- Tonifica y equilibra la piel.
- Tiene propiedades purificadoras y calmantes.
- Formulado para reducir visiblemente la apariencia de los poros.
- Calma la piel hipersensible.
- Su singular combinación de ingredientes crea la apariencia de piel tonificada y firme.
- Promueve la apariencia de piel hidratada y saludable.

### **Protecting Shampoo (champú protector)**

- Ayuda a mantener el cabello con una apariencia saludable, aunque se vea expuesto a la luz solar y al calor de las secadoras.
- Ayuda a aumentar la retención del color en el cabello tratado químicamente.
- Provee acondicionamiento profundo para restaurar la humedad.

- Deja el cabello suave, brillante y sedoso.
- Reduce la fuerza necesaria para peinar tanto el cabello seco como el mojado para reducir los daños causados al cabello al estilizarlo.
- Ayuda a reducir visiblemente las puntas rotas.
- Reduce los daños mecánicos ocasionados al estilizar el cabello y acorta el tiempo de estilizado.
- Promueve la limpieza del cabello, los folículos y el cuero cabelludo mediante la eliminación de residuos de productos de estilizado.

### **Purify**

- Posee un refrescante aroma.
- Reemplaza los malos olores y despeja el aire.
- Protege contra amenazas medioambientales.
- Difúndelo para purificar y refrescar el aire.
- Desodoriza cuartos pequeños (o un automóvil) colocando unas cuantas gotas de Purify Cleansing Blend (mezcla limpiadora) en una bola de algodón para luego ponerla en un ventilador.
- Agrega cinco gotas al agua en una pequeña botella con atomizador y úsala para limpiar superficies de mostradores.
- Agrega unas gotas al ciclo de enjuague de la lavadora para ayudar a eliminar malos olores.
- Aplicalo para aliviar irritaciones de la piel.
- Úsalo para aliviar irritaciones causadas por picaduras de insectos.

### **Reveal Facial System (sistema facial)**

- Limpia y purifica la piel.
- Elimina las células de piel muerta.
- Ayuda a mejorar la apariencia de la superficie de la piel.
- Pequeñas cuentas pulidoras y enzimas botánicas exfolian las células de piel muerta para dejar la cara fresca.
- Apoya la piel de apariencia saludable.

### **Roman Chamomile (manzanilla romana)**

- Tiene un efecto calmante en la piel, la mente y el cuerpo.\*
- Calma los sistemas del cuerpo.\*

- Puede ayudar a apoyar la salud de la función del sistema inmunitario.\*
- Agrega una o dos gotas a tu humectante, champú o acondicionador favorito para promover piel y cabello de apariencia juvenil.
- Agrega una o dos gotas al té herbáceo o bebida caliente para calmar el cuerpo y la mente.\*
- Difúndelo o aplícalo a las plantas de los pies a la hora de acostarte.
- Se mezcla con Lavender (lavanda) o balance.
- Difúndelo para aliviar sentimientos de ira e irritabilidad.
- Aplícalo a las muñecas y al cuello para disfrutar de una noche tranquila en casa.
- Aplícalo al pecho sobre el corazón para generar sentimientos de bienestar.

### **Root to Tip Serum (suero de raíz a punta)**

- Brinda acondicionador, suavizante y brillo inmediatos.
- Contiene lípidos protectores para nutrir, humectar y proteger el cabello y el cuello cabelludo.
- Aumenta la retención del color en el cabello tratado químicamente.
- Acondiciona profundamente y promueve el mantenimiento de la superficie del cabello, dejándolo suave, brillante y sedoso.
- Ayuda a mejorar la salud del cabello, lo cual da como resultado menos puntas rotas visibles.

### **Rose (rosa)**

- Combínalo con Hand and Body Lotion (crema para manos y cuerpo) para una aplicación humectante o combínalo con otros humectantes para ayudar a equilibrar los niveles de humedad en la piel.
- Reduce la apariencia de imperfecciones en la piel.
- Promueve una piel con tono uniforme y un cutis saludable.
- Eleva emocionalmente.
- Promueve sentimientos de relajamiento.

### **Rosemary (romero)**

- Apoya la salud de la función respiratoria.\*
- Puede ayudar a apoyar la digestión saludable.\*
- Ayuda a reducir la tensión nerviosa y la fatiga ocasional.\*

- Aplicalo al cuero cabelludo y da masaje para desarrollar cabello de apariencia abundante.
- Ingiérelolo para apoyar el funcionamiento saludable de tus órganos internos.\*
- Agrega una o dos gotas de aceite esencial de Rosemary (romero) a tus carnes y entrantes favoritos.
- Se mezcla con Wintergreen (gaulteria) y doTERRA lotion (crema) para crear una experiencia de masaje relajante.
- Se mezcla con Melaleuca (árbol de té) y Basil (albahaca) para dar un masaje estimulante en el cuero cabelludo.
- Difúndelo mientras estudias para mantener la concentración.
- Mezcla partes iguales de Rosemary (romero) y Lavender (lavanda) para reducir el estrés.\*
- Combínalo con sales de Epsom y Frankincense (incienso) para disfrutar de una experiencia de baño rejuvenecedora.
- Se mezcla con Cardamom (cardamomo), Lemongrass (citronela), Geranium (geranio) o Clary Sage (esclárea).
- Repele insectos naturalmente.

### **Sandalwood (Indian or Hawaiian) (sándalo (indio o hawaiano))**

- Agrégalo a tu champú o humectante para mejorar la apariencia de tu piel y cabello.
- Difúndelo en tu cuarto de baño después de un día largo y estresante o antes de meditar.
- Aplicatelo en la piel el día antes de una importante sesión fotográfica o presentación.
- Difúndelo o aplicalo en el cuello y los hombros a la hora de acostarte para disfrutar de un sueño nocturno reparador.
- Después de un largo día de reparaciones domésticas agrega una o dos gotas a un baño caliente para promover el relajamiento y reducir el estrés.
- Promueve una piel lozana y tersa.
- Reduce la apariencia de imperfecciones en la piel.
- Mejora el estado de ánimo.
- Es usado frecuentemente en la meditación por sus propiedades estabilizadoras y edificantes.
- Para una experiencia de spa en el hogar, llena con agua caliente un tazón grande, luego aplícate una o dos gotas de Sandalwood (sándalo) en la cara y cúbrete la cabeza con una toalla. Pon la cara sobre el agua humeante. Tu piel se sentirá nutrida y rejuvenecida.

- Aplica una o dos gotas al cabello mojado para ayudar a restaurar la humedad y dar al cabello un brillo sedoso.

- Inhala Sandalwood (sándalo) directamente de las palmas o difúndelo para reducir la tensión y equilibrar las emociones.

### **dōTERRA Serenity®**

- Crea un escape perfecto con esta fragancia calmante y renovadora.

- Promueve el relajamiento y un ambiente tranquilo para dormir.

- Se difunde creando un aroma sutil ideal para el relajamiento.

- Reduce sentimientos de tensión y calma las emociones.

- Aplicalo a las plantas de los pies a la hora de acostarte para ayudar a relajarte antes de dormir.

- Agrega dos a tres gotas a un baño tibio con sales de Epsom para crear un aroma tranquilo y renovador.

- Difúndelo para ayudar a promover el relajamiento y reducir el estrés.

- Aplicalo a un collar aroma-terapéutico para ayudar a reducir sentimientos de ansiedad a lo largo del día.

- Difúndelo en una reunión familiar cuando las emociones estén elevadas.

### **doTERRA Serenity™ Restful Complex Softgels (complejo relajante en cápsulas blandas)**

- doTERRA Serenity Restful Complex Softgels (complejo relajante en cápsulas blandas) alivia el insomnio ocasional.\*

- Ayuda a proveer una noche de sueño relajante y refrescante sin hacerte sentir grogui al día siguiente.\*

- Promueve el relajamiento y el sueño.\*

- doTERRA Serenity Restful Complex (complejo relajante) mejora la calidad del sueño y la facilidad con que te quedas dormido.\*

- Provee los niveles de aceite esencial de Lavender (lavanda) recomendados por investigaciones a fin de apoyar el relajamiento y el sueño reparador en cápsulas vegetarianas suaves y fáciles de tragar.\*

- Alienta suavemente el sueño reparador, calma el sistema nervioso y ayuda a reducir el estrés.\*

- doTERRA Serenity Restful Complex (complejo relajante) mejora el estado de ánimo.\*

### **Slim & Sassy® Metabolic Blend (mezcla metabólica)**

- Promueve el metabolismo saludable.\*

- Ayuda a controlar los antojos.\*
- Calma el estómago.\*
- Eleva el estado de ánimo.
- Sin diuréticos, estimulantes o calorías.
- Añádelo al agua o té y bébelo antes de hacer ejercicio para gozar de un impulso revitalizante.\*
- Perfecto para cualquier programa de control de peso saludable.
- Consúmelo antes de las comidas para ayudarte a controlar el apetito y el exceso en el comer.\*
- Añade unas gotas a Slim & Sassy TrimShake (licuado para adelgazar) o V Shake (licuado vegano).

### **Slim & Sassy® Softgels (cápsulas blandas)**

- Todos los beneficios de Slim & Sassy Metabolic Blend (mezcla metabólica) en una cápsula blanda fácil de tragar.
- Promueve el metabolismo saludable.\*
- Ayuda a controlar los antojos.\*
- Calma el estómago.\*
- Eleva el estado de ánimo.
- Sin diuréticos, estimulantes o calorías.
- Añádelo al agua o té y bébelo antes de hacer ejercicio para gozar de un impulso revitalizante.\*
- Perfecto para cualquier programa de control de peso saludable.
- Consúmelo antes de las comidas para ayudarte a controlar el apetito y el exceso en el comer.\*
- Añade unas gotas a Slim & Sassy TrimShake (licuado para adelgazar) o V Shake (licuado vegano para adelgazar).

### **Slim & Sassy® TrimShake (licuado para adelgazar)**

- Provee una alternativa práctica y con poca grasa, pocas calorías, rica en proteína, rica en fibra, para individuos que están tratando de eliminar grasa o mantener una composición corporal magra mediante la reducción de calorías y el ejercicio.
- Ayuda a controlar la liberación de cortisol (la hormona del estrés), que se asocia con la acumulación de grasa, particularmente alrededor del estómago, las caderas y los muslos.

- Ayuda a controlar el apetito, el comer en exceso y los antojos de carbohidratos inducidos por el estrés.
- Provee aminoácidos esenciales para ayudar a evitar la pérdida de masa y tono muscular.
- Ayuda a apoyar niveles de azúcar sanguíneo que ya están en el rango normal.\*
- Mejora los niveles de energía mientras ayuda a aliviar la fatiga comúnmente asociada con las dietas y el ejercicio.
- Ayuda a controlar los antojos.
- Puede ayudar a complementar tus esfuerzos de ejercicio para ayudar a controlar el estrés, mantener la masa muscular y mantener la forma por la cual trabajaste tan arduamente.
- Bébelo para combatir la fatiga de las rutinas de ejercicio hechas temprano en la mañana.
- Bébelo como desayuno para eliminar el estrés de cocinar una comida saludable y equilibrada.
- Puede ser usado para reemplazar comidas con por lo menos una comida nutritiva y bien equilibrada al día.
- Apoya mayores sentimientos de saciedad.
- Contiene ashwagandha para ayudar a controlar el apetito.

### **Slim & Sassy® V Shake (licuado V para adelgazar)**

- Provee una alternativa práctica y con poca grasa, pocas calorías, rica en proteína, rica en fibra, para individuos que están tratando de eliminar grasa o mantener una composición corporal magra mediante la reducción de calorías y el ejercicio.
- Ayuda a controlar la liberación de cortisol (la hormona del estrés), que se asocia con la acumulación de grasa, particularmente alrededor del estómago, las caderas y los muslos.
- Ayuda a controlar el apetito, el comer en exceso y los antojos de carbohidratos inducidos por el estrés.
- Provee aminoácidos esenciales para ayudar a evitar la pérdida de masa y tono muscular.
- Ayuda a apoyar niveles de azúcar sanguíneo que ya están en el rango normal.\*
- Mejora los niveles de energía mientras ayuda a aliviar la fatiga comúnmente asociada con las dietas y el ejercicio.
- Una alternativa magra para vegetarianos, Slim & Sassy V Shake (licuado vegano para adelgazar) ayuda a combatir los antojos.

- Slim & Sassy V Shake (licuado vegano para adelgazar) puede ayudar a complementar tus esfuerzos de ejercicio para ayudar a controlar el estrés, mantener la masa muscular y mantener la forma por la cual trabajaste tan arduamente.
- Toma Slim & Sassy V Shake (licuado vegano para adelgazar) para combatir la fatiga de las rutinas de ejercicio hechas temprano en la mañana.
- Toma Slim & Sassy V Shake (licuado vegano para adelgazar) como desayuno para eliminar el estrés de cocinar una comida saludable y equilibrada.
- Puede ser usado para reemplazar comidas con por lo menos una comida nutritiva y bien equilibrada al día.
- Apoya mayores sentimientos de saciedad.
- Contiene ashwagandha para ayudar a controlar el apetito.

### **Smoothing Conditioner (acondicionador suavizante)**

- Brinda acondicionador, suavizante y brillo inmediatos.
- Ayuda a reemplazar la apariencia de masa cabelluda perdida debido a los tratamientos químicos y mecánicos.
- Ayuda a mejorar las señales visibles de cabello dañado.
- Ayuda a mantener el cabello con una apariencia saludable, aunque se vea expuesto a la luz solar y al secado con secadora, y ayuda a aumentar la retención de color en cabello tratado químicamente.
- Provee acondicionamiento profundo y promueve el mantenimiento de la superficie del cabello tratado químicamente, dejándolo suave, brillante y sedoso.
- Reduce la fuerza necesaria para peinar tanto el cabello seco como el mojado para reducir los daños causados al cabello al estilizarlo.
- Reduce la apariencia de puntas rotas.
- Reduce la apariencia los daños mecánicos ocasionados al estilizar el cabello y acorta el tiempo de estilizado pues reduce el tiempo de secado.

### **doTERRA SPA Citrus Bliss® Hand Lotion (crema para manos)**

- Aplica doTERRA SPA Citrus Bliss Hand Lotion (crema para manos) en la piel a lo largo del día para disfrutar de su fragancia suave y edificante.
- Citrus Bliss Hand lotion (crema para manos) contiene extractos vegetales naturales que dejan la piel con una sensación suave e hidratada.
- Contiene importantes botánicos y humectantes que mantienen la humedad natural de la piel.
- Esta crema para manos es rápida y completamente absorbida por la piel dejando un acabado no grasoso.

- Tiene un aroma suave y edificante con un toque de vainilla y un buqué de aceites esenciales cítricos.
- Es de tamaño perfecto para llevarla en el automóvil, a la oficina o en una cartera o bolsa.

### **doTERRA Citrus Bliss® Invigorating Bath Bar (barra de baño vigorizante)**

- Crea espuma y deja que el vivaz aroma de Citrus Bliss Invigorating Bath Bar (barra de jabón vigorizante) cree una sensación de optimismo y contentamiento.
- Pule y elimina suavemente la piel muerta con avena natural mientras limpias el cuerpo para revelar un brillo radiante.
- Sal de tu ducha matutina sintiéndote vigorizado y listo para el día.
- Contiene la mezcla vigorizante de aceites esenciales doTERRA® Citrus Bliss.
- Provee una experiencia de limpieza vigorizante.
- Es perfecta para todo miembro de la familia.
- Exfolia suavemente con avena natural.

### **doTERRA SPA Detoxifying Mud Mask (máscara de arcilla desintoxicante)**

- doTERRA SPA Detoxifying Mud Mask (máscara de arcilla desintoxicante) contiene aceites esenciales de Myrrh (mirra), Juniper Berry (baya de enebro) y Grapefruit (pomelo) —conocidos por sus beneficios limpiadores y suavizantes.
- Esta máscara humecta y equilibra la piel.
- También provee beneficios purificadores y desintoxicantes.
- El extracto de semilla de lenteja reduce la visibilidad de poros, arrugas y líneas de expresión.
- La arcilla de tierra natural berclay contiene elementos para ayudar a purificar la piel y ayudar a reducir la apariencia de piel grasosa.

### **doTERRA SPA Exfoliating Body Scrub (restregador exfoliante corporal)**

- doTERRA SPA Exfoliating Body Scrub (restregador exfoliante corporal) exfolia y pule suavemente la piel con caña de azúcar natural, dejándola con un brillo saludable y natural.
- Los aceites esenciales de naranja silvestre y pomelo limpian y purifican la piel.
- Ginger (jengibre) calma y calienta la piel.
- El restregador exfoliante corporal (Exfoliating Body Scrub) usa aceite de girasol y nuez de kukui para alisar, suavizar, calmar y humectar la piel.
- Elimina células de piel muerta a través de la exfoliación.

### **doTERRA SPA Hand & Body Lotion (crema para manos y cuerpo)**

- doTERRA SPA Hand & Body Lotion (crema para manos y cuerpo) provee emolientes acondicionadores y extractos botánicos naturales para ayudar a mantener la piel con la mejor apariencia posible.
- Se combina perfectamente con tus aceites esenciales favoritos para crear una experiencia aromática personalizada.
- Ayuda a la piel a retener su humedad natural.
- La fórmula no grasosa es fácilmente absorbida por la piel, dejándola con una sensación y apariencia suave y tersa.

### **doTERRA SPA Lip Balm (bálsamo labial)**

- doTERRA SPA Lip Balm (bálsamo labial) hidrata y calma los labios.
- Contiene una mezcla selecta de aceites esenciales que provee una singular experiencia sensorial.
- El bálsamo labial (Lip Balm) viene en tres deliciosos sabores: Original, Herbal y Tropical.
- Contiene aceite de moringa para ayudar a mejorar la manera en que los labios se ven y se sienten, y aceite de aguacate para brindar hidratación, ácidos grasos esenciales y suavidad para mantener los labios con una apariencia saludable.
- El bálsamo labial (Lip Balm) se desliza fácilmente por los labios, dejando atrás hidratación profunda que dura todo el día.

### **doTERRA SPA Moisturizing Bath Bar (barra de jabón humectante)**

- La bergamota (Bergamot) purifica y calma la piel y provee un aroma edificante pero estabilizador.
- El pomelo (Grapefruit) limpia la piel y tiene un aroma energizante.
- La glicerina de origen vegetal hidrata la piel y ayuda a retener humedad mientras provee una aplicación uniforme de suave espuma.
- La barra de jabón humectante (doTERRA SPA Moisturizing Bath Bar) deja la piel con una sensación de claridad, tersura y suavidad.
- El aceite seminal de jojoba es conocido por ser fácil de absorber y profundamente humectante.

### **doTERRA SPA Refreshing Body Wash (jabón corporal refrescante)**

- El jabón corporal refrescante (doTERRA SPA Refreshing Body Wash) se desliza por la piel sin quitarle sus aceites naturales.

- El aceite de madera de cedro (Cedarwood) promueve el relajamiento, mientras que el de pomelo (Grapefruit) limpia la piel y tiene un aroma energizante que eleva el estado de ánimo.
- La bergamota (Bergamot) purifica y calma la piel y provee un aroma edificante pero estabilizador.
- Este jabón corporal natural e infundido con aceites provee una rica experiencia de spa limpiadora y aromática.
- Los surfactantes naturales que contiene el jabón corporal refrescante (Refreshing Body Wash) provee limpieza suave pero completa sin irritar la piel.

### **doTERRA SPA Replenishing Body Butter (mantequilla corporal reabastecedora)**

- La mantequilla de karité humecta profundamente mientras promueve la flexibilidad de la piel.
- La mantequilla seminal de cacao calma y nutre naturalmente la piel.
- La mantequilla corporal reabastecedora (doTERRA SPA Replenishing Body Butter) combina los aceites esenciales de Wild Orange (naranja silvestre), Douglas Fir (abeto de Douglas) y Frankincense (incienso).
- El aceite de naranja silvestre (Wild Orange) es conocido por sus beneficios purificadores, mientras que el de abeto de Douglas (Douglas Fir) purifica la piel y tiene beneficios aromáticos edificantes.
- El incienso (Frankincense) rejuvenece la piel y tiene un efecto equilibrador sobre las emociones.

### **doTERRA SPA Rose Hand Lotion (crema de rosa para manos)**

- doTERRA SPA Rose Hand Lotion (crema de rosa para manos) promueve una piel tersa y hermosa.
- La fórmula no grasosa es rápidamente absorbida, dejando la piel con una apariencia saludable, suave y tersa.
- El precio de compra completo de la crema de rosas para manos (Rose Hand Lotion) es donado a la fundación Healing Hands de dōTERRA.
- El aceite esencial de rosa búlgara (Bulgarian Rose) es conocido por su habilidad para promover piel tersa y radiante.
- Conocido por sus propiedades beneficiosas para la piel, el aceite esencial de rosa mejora esta crema con su auténtico y edificante aroma a pétalos de rosas.

### **dōTERRA Serenity® Calming Bath Bar (barra de jabón calmante)**

- La barra de jabón calmante (doTERRA Serenity Calming Bath Bar) provee los beneficios de la mezcla calmante (doTERRA Serenity Calming Blend).

- Limpia y acondiciona la piel naturalmente con aceites de coco y girasol y mantequilla de karité.

- No contiene ingredientes severos ni fragancias artificiales.

- Esta barra de jabón provee una experiencia serena, calmante y limpiadora.

### **Spearmint (hierbabuena)**

- Promueve la digestión y ayuda a reducir el malestar estomacal ocasional.\*

- Promueve el sentido de concentración y eleva el estado de ánimo.

- Limpia la boca y contribuye al buen aliento.

### **Spikenard (nardo)**

- El nardo (Spikenard) tiene un edificante aroma.

- Promueve sentimientos de calma y relajamiento.

- Es usado frecuentemente en aromaterapia y meditación por sus propiedades estabilizadoras.

- El nardo (Spikenard) purifica la piel.

- Difúndelo o aplica una o dos gotas de aceite esencial de nardo (Spikenard) en la nuca o en las sienes para promover sentimientos de calma y relajamiento.

- Agrega una o dos gotas de nardo (Spikenard) a tu limpiador favorito para promover una piel saludable y radiante.

### **Tangerine (tangerina)**

- Contiene poderosos antioxidantes.\*

- Tiene un aroma calmante y relajante.

- Tiene propiedades limpiadoras y purificadoras.

- Apoya la salud del sistema inmunitario.\*

- Agrega dos o tres gotas para dar sabor a tus recetas de tortas o galletas.

- Agrega una o dos gotas para dar sabor al agua, licuados, tés o limonadas.

- Para aumentar la energía y elevar el estado de ánimo, échate una o dos gotas en la palma de una mano, frótala con la otra y ponte ambas manos sobre la nariz y la boca por 30 segundos o difunde el aceite por toda tu habitación.

- Aplicalo en puntos de flexión o en el abdomen para promover sentimientos de felicidad.

## **TerraGreens®**

- Agrega una cucharada de TerraGreens a tu licuado matutino; es una adición perfecta a cualquier plan de dieta.\*
- Dale sabor con Peppermint (menta) o agrégalo a un licuado para niños a quienes no les gusta comer verduras.
- Mezclar TerraGreens con agua hace que sea fácil llevarlo contigo a donde quiera que vayas, asegurándote la obtención de tus nutrientes diarios.\*
- Provee al cuerpo nutrientes esenciales.\*
- Apoya la salud inmunitaria.\*
- Apoya la salud digestiva.\*
- Apoya el control de peso.\*

## **TerraShield®**

- Actúa como una eficaz barrera natural.
- Puede ser usado sin riesgos por todos los miembros de la familia.
- Lleva TerraShield en viajes de campamento o eventos al aire libre.
- Rocía TerraShield alrededor de puertas, ventanas y tiendas.
- Aplicalo en los brazos y piernas de tus niños para ayudarles a disfrutar al máximo sus vacaciones de verano.
- Para experimentar la naturaleza en lugar de evitarla, aplícate TerraShield antes de hacer senderismo.
- Aplicalo tópicamente o échalo en joyería aromaterapéutica mientras acampas o vas a pescar.

## **DigestZen TerraZyme®**

- Provee una mezcla equilibrada y completa de enzimas digestivas para apoyar los procesos digestivos normales.\*
- Lleva Terrazyme contigo al viajar y probar nuevos restaurantes para cerciorarte de que el malestar estomacal no te detenga.\*
- Toma Terrazyme a diario para apoyar y mejorar los procesos digestivos naturales de tu cuerpo.\*
- Terrazyme te ayudará a disfrutar de los beneficios de una dieta saludable al ayudarte a cerciorarte de que tu cuerpo obtenga los nutrientes que necesita.\*
- Apoya la salud de la digestión y el metabolismo de alimentos procesados y faltos de enzimas.\*

- Agiliza la conversión de nutrientes en energía celular.\*
- Promueve el bienestar gastrointestinal y la tolerancia a alimentos.\*
- Apoya la producción saludable de enzimas metabólicas.\*

### **Thyme (tomillo)**

- Agrega Thyme (tomillo) a tus mezclas favoritas de difusión diurna para promover una sensación de lucidez.
- Agrégalo a tu rutina de invierno para apoyar la salud de tu sistema inmunitario.\*
- El tomillo (Thyme) tiene efectos limpiadores y purificadores en la piel.
- Usa una o dos gotas en lugar del tomillo desecado en tus recetas favoritas.
- El tomillo (Thyme) tiene un aroma estimulante.
- Usa tomillo (Thyme) tópicamente o difúndelo al aire libre para repeler insectos naturalmente.
- En la edad media, el tomillo (Thyme) era usado para promover el sueño tranquilo, evitar las pesadillas y dar valor.
- Thyme (tomillo) se mezcla bien con Bergamot (bergamota), Clary Sage (esclárea), Grapefruit (pomelo), Lavender (lavanda), Lemon (limón), Orange (naranja), Rosemary (romero) y Sage (salvia).
- Apoya la función celular saludable.\*
- Puede contribuir a mejorar la salud general junto con una mejor dieta y régimen de ejercicio.\*
- Thyme (tomillo) tiene cualidades antioxidantes.\*
- Promueve una boca limpia y saludable.
- Apoya la salud ósea.\*
- Apoya la salud del sistema circulatorio.\*
- Thyme (tomillo) apoya la salud de los pulmones y el sistema respiratorio.\*
- Thyme (tomillo) apoya la salud del sistema cardiovascular.\*
- Promueve la salud del sistema nervioso.\*
- Si se difunde, Thyme (tomillo) produce un vapor vigorizante.
- Agrégalo a los productos para el cabello para promover un cabello de apariencia abundante y saludable, y un cuero cabelludo limpio.
- Agrega Thyme (tomillo) a una rutina de higiene bucal para apoyar la salud oral.

- Prueba agregar Thyme (tomillo) a los productos de limpieza de la casa y la cocina para promover un ambiente de vida más limpio.
- Difunde Thyme (tomillo) para purificar el aire.\*
- Apoya la función hepática saludable.\*
- Thyme (tomillo) limpia del tracto gastrointestinal y el sistema digestivo.\*
- Apoya la salud de la función y la respuesta del sistema inmunitario.\*
- Apoya la función músculoesquelética saludable.\*
- Puede ayudar a apoyar el metabolismo y el control de peso saludable.\*
- Thyme (tomillo) apoya la salud ósea.\*
- Thyme (tomillo) puede aliviar síntomas de menstruación normal en mujeres.\*

### **Tightening Serum (suero reafirmante)**

- Úsalo todos los días para verte tan joven como te sientes.
- Aplica Tightening Serum (suero reafirmante) para dejar tu piel tan tersa como la de un bebé.
- Mantén la claridad y tersura de tu piel agregando Tightening Serum (suero reafirmante) a tu rutina diaria.
- Mejora la tersura de la piel.
- Reduce la apariencia de arrugas.
- Promueve la hidratación de la piel, reduciendo la apariencia de líneas de expresión y arrugas.
- Promueve la claridad de la piel, reduciendo la aparición de manchas y descoloración.
- Reduce la apariencia de manchas en la piel.

### **TriEase® Softgels (cápsulas blandas)**

- Toma TriEase antes de hacer jardinería esta primavera.
- Tómalo antes de salir a alimentar a los caballos o las vacas.
- Úsalo cuando hagas senderismo durante la primavera o el otoño.
- Protege contra los elementos estacionales y medioambientales.\*
- Limpia los sistemas del cuerpo.\*
- Efectos calmantes y equilibradores, interna y externamente.\*
- Promueve la respiración despejada y la salud de las funciones respiratorias.\*

- TriEase te ayuda durante los cambios de estaciones ya que te protege contra amenazas medioambientales.\*
- Prueba TriEase a diario durante épocas de malestar estacional o para mantener despejada la respiración.\*

### **Veggie Caps (cápsulas vegetales)**

- No contienen preservativos, gelatina, trigo, azúcar, almidón, productos lácteos ni productos de origen animal.
- Hechas con ingredientes vegetales inertes que no interfieren con la digestión.
- Contiene 160 cápsulas de hidroxipropilmetilcelulosa (HPMC).

### **vEO Mega®**

- Apoya la salud y el bienestar de la función articular.\*
- Provee un equilibrio saludable de ácidos grasos esenciales omega.\*
- Protege contra la oxidación de lípidos y apoya el funcionamiento saludable del cerebro.\*
  - Toma vEO Mega todos los días para promover el funcionamiento saludable de los sistemas cardiovascular, nervioso e inmunitario.\*
  - Promueve la salud de la piel.\*
  - Apto para vegetarianos.

### **Veráge™ Cleanser (limpiador)**

- Limpia e hidrata.
- Mima tu piel con Verage Cleanser (limpiador) para nutrirla e hidratarla.
- Verage Cleanser (limpiador) mantiene tu piel con una apariencia limpia y saludable.
- Consíentete con una experiencia de spa personal en casa cada día para vigorizar y purificar tu piel.

### **Veráge™ Immortelle Hydrating Serum (suero hidratante)**

- Usa el suero hidratante (Verage Immortelle Hydrating Serum) para tener una piel más tersa y de apariencia juvenil.
- Para tener una piel acariciable y suave, usa el suero hidratante (Verage Immortelle Hydrating Serum).
- Borra años de tu cara; usa el suero hidratante (Verage Immortelle Hydrating Serum) para promover una piel de apariencia juvenil.
- Hidrata profundamente para reducir la apariencia de líneas de expresión y arrugas.

### **Veráge™ Moisturizer (humectante)**

- Verage Moisturizer (humectante) da a tu piel un brillo general al mejorar la apariencia general de la piel.
- Un humectante suave que promueve una piel saludable y tersa a cualquier edad.
- Aplicalo diariamente para sentirte más confiada con una piel tersa y de apariencia saludable.
- Contiene ingredientes cuidadosamente seleccionados conocidos por sus propiedades humectantes.
- Humectante eficaz.
- Provee rica hidratación.
- Contiene ácidos grasos conocidos por crear la apariencia de piel lozana y juvenil.
- Ayuda a reducir la apariencia de líneas de expresión y arrugas, dando como resultado un cutis terso y uniforme.

### **Veráge™ Toner (tónico)**

- Suaviza tu piel con Verage Toner (tonificador) para estar siempre lista para tu primer plano.
- Tonifica y promueve piel de apariencia saludable.
- Usa Verage Toner (tonificador) para revivir y equilibrar tu piel, aunque el día te haya dejado desequilibrada.
- Alivia y humecta la piel.

### **Vetiver**

- Después de un día de estar de pie, aplícatelo en los pies como parte de un masaje calmante.
- Después de un día escolar difícil, aplícalo en el cuello y los pies de tu hijo para promover sentimientos de calma.
- Es rico en sesquiterpenos, los cuales le dan su efecto estabilizador.
- Tiene un efecto calmante y estabilizador de las emociones.
- Antes de viajar por negocios o por recreación, toma una o dos gotas de Vetiver con Lemon (limón) en una cápsula para obtener sus propiedades de apoyo inmunitario.
- Después de un día de arduo trabajo, aplícalo como parte de un masaje calmante y aromático.
- Úsalo para darle un toque terroso a tus propias mezclas de difusión favoritas.
- Usado en muchos perfumes populares.

## **Whisper®**

- Después de ducharte, aplícatelo en las muñecas para crear un aroma único y delicioso que acentúa la química de tu cuerpo.
- Difúndelo en la noche, para disfrutar de un aroma cálido que intriga y seduce los sentidos.
- Échalo en joyería de terracota para disfrutar de su duradero aroma que promueve emociones de calma a lo largo del día.
- Produce un aroma cálido y almizcleño.
- Combínalo con la crema para manos y cuerpo (Hand & Body Lotion) para una aplicación humectante.
- Se combina con la química individual para crear una fragancia personal exclusiva.
- Un equilibrio perfecto de varios aceites esenciales CPGT® unificados para impartir belleza, feminidad y atractivo.
- Una vez aplicado, se mezcla con tu esencia individual para mejorar esa esencia que es solamente tuya.

## **White Fir (abeto blanco)**

- Al trabajar con circunstancias difíciles en casa o en el trabajo, difunde White Fir (abeto blanco) para reducir el estrés.
- Después de actividades extenuantes, frótatelo en la piel para disfrutar de su reconfortante alivio.
- En un día en que se acerquen los plazos, agrega una gota de White Fir (abeto blanco) a tu ducha para evocar sentimientos de energía y empoderamiento.
- Difúndelo para disfrutar de su efecto energizante.
- Evoca sentimientos de estabilidad.
- Echa unas gotas en tus ornamentos de terracota para disfrutar de su aroma vivaz en los días festivos.

## **Wild Orange (naranja silvestre)**

- Contiene poderosos antioxidantes.\*
- Agrega una gota al agua que bebes todos los días para darle sabor y contribuir a la salud general.\*
- Durante las temperaturas más frías, toma una o dos gotas de Wild Orange (naranja silvestre) en una cápsula para apoyar la salud del sistema inmunitario.\*
- Al hacer limpieza, usa Wild Orange (naranja silvestre) para limpiar y purificar mostradores, mesas y otras superficies.

- Para mejorar el aroma de tu hogar y purificar el aire, echa unas gotas en el filtro de aire.
- Échate en la mano una gota de Wild Orange (naranja silvestre), Peppermint (menta) y Frankincense (incienso). Frótate las manos e inhala profundamente para disfrutar del energizante aroma.
- Es un potente agente limpiador y purificador.
- Antes de un día lleno de estrés, difúndelo para disfrutar de su aroma energizante y revitalizador.

### **Wintergreen (gaulteria)**

- Wintergreen (gaulteria) contiene los mismos ingredientes activos que Birch (abedul).
- Masajea las manos, la espalda y las piernas para causar una sensación de calma y calidez después del ejercicio.
- Echa unas cuantas gotas de Wintergreen (gaulteria) en una bola de algodón y ponla en tu bolsa del gimnasio. El fuerte aroma de Wintergreen (gaulteria) se sobrepone a cualquier mal olor.
- Aplicalo tópicamente en la piel para reducir la aparición de manchas.
- Difúndelo para disfrutar de su dulce y edificante aroma.
- Es usado comúnmente en productos de higiene oral.

### **xEO Mega®**

- xEO Mega promueve el funcionamiento saludable de los sistemas cardiovascular, nervioso e inmunitario.\*
- Apoya la salud y el bienestar de la función articularia.\*
- Provee importantes nutrientes moduladores que aportan a la salud de la función inmunitaria.\*
- xEO Mega protege contra la oxidación de lípidos y apoya el funcionamiento saludable del cerebro, los ojos y el sistema nervioso.\*
- Promueve la salud de la piel.\*
- xEO Mega apoya la salud del corazón y la circulación.\*
- Apoya la salud del sistema esquelético.\*
- Úsalo a diario con Microplex VMz® y Alpha CRS®+ como un fundamento de suplementación dietética integral para una vida de vitalidad y bienestar.
- xEO Mega apoya y mantiene la salud de la piel, el cabello y las uñas.\*
- Detiene el envejecimiento celular.\*

- Ayuda a apoyar los niveles de presión arterial saludable que ya están en el rango normal.\*
- Apoya y mantiene los niveles de colesterol y triglicéridos sanguíneos saludables que ya están en el rango normal.\*
- xEO Mega apoya la memoria y la salud cognitiva.\*
- Promueve la memoria normal, el control de la atención, la lucidez, la agudeza mental y el estado de ánimo positivo.
- Puede jugar un papel importante en el aumento de la velocidad a la cual se adquiere la información y también puede mejorar el aprendizaje.
- xEO Mega apoya la salud y el bienestar de los tejidos mamarios de la mujer.\*
- Previene daños causados por radicales libres.\*
- Alivia y apoya músculos fatigados.\*
- Mantiene fuertes los dientes y los huesos.\*

### **Ylang Ylang**

- Aplica Ylang Ylang en la nuca para disfrutar de su efecto calmante y edificante.
- Mezcla varias gotas de Ylang Ylang con doTERRA Fractionated Coconut Oil (aceite de coco fraccionado) y da masaje en la espalda y los hombros para ayudar a reducir los efectos del estrés diario.
- Durante el dañino calor del verano, date masaje con Ylang Ylang en el cuero cabelludo para aumentar la apariencia de cabello abundante y brillante.
- Agrega Ylang Ylang al aceite de coco fraccionado (doTERRA Fractionated Coconut Oil) para crear un profundo acondicionador del cabello.
- Difúndelo para elevar tu estado de ánimo mientras experimentas su efecto calmante.
- Promueve una actitud positiva.
- Ylang Ylang brinda apoyo antioxidante.\*

### **Zendocrine® Detoxification Complex (complejo desintoxicante)**

- Zendocrine Detoxification Complex (complejo desintoxicante) apoya la salud de las funciones de limpieza y filtración del hígado, los riñones, el colon, los pulmones y la piel.\*
- Apoya las funciones normales de autodesintoxicación de los órganos limpiadores.\*
- Toma Zendocrine para apoyar la habilidad natural del cuerpo para deshacerse de sustancias indeseadas.\*
- Zendocrine purifica y desintoxica los sistemas del cuerpo.\*

## **Zendocrine® Detoxification Blend (mezcla desintoxicante)**

- Si una de tus resoluciones de año nuevo es un cambio al estilo de vida, toma una gota de Zendocrine todos los días por una semana para iniciar con fuerza tu programa.\*
- Toma Zendocrine para apoyar la habilidad natural del cuerpo para deshacerse de sustancias indeseadas.\*
- Agrega una o dos gotas de Zendocrine a bebidas cítricas, té o agua para apoyar la función saludable del hígado.\*
- Zendocrine purifica y desintoxica los sistemas del cuerpo.\*
- Zendocrine provee poderosos antioxidantes.\*
- Apoya la función hepática saludable.\*
- Apoya la salud de las funciones de limpieza y filtración del hígado, los riñones, el colon, los pulmones y la piel.\*
- Zendocrine apoya las funciones normales de autodesintoxicación de los órganos limpiadores.\*

## **Zendocrine® Softgels (cápsulas blandas)**

- Toma Zendocrine Softgels (cápsulas blandas) para apoyar la habilidad natural del cuerpo para deshacerse de sustancias indeseadas.\*
- Apoyan la salud de la función hepática.\*
- Zendocrine Softgels (cápsulas blandas) purifican y desintoxican los sistemas del cuerpo.\*
- Ayudan a limpiar el cuerpo de toxinas y radicales libres que pueden deteriorar los sistemas del cuerpo.\*
- Zendocrine Softgels (cápsulas blandas) brindan todos los beneficios de Zendocrine en cápsulas blandas fáciles de consumir.

Las declaraciones con asterisco se refieren al uso interno.

EE.UU. Lista de Declaraciones Aprobadas

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés). Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar o evitar ninguna enfermedad.