

# Guía de afirmaciones breve



## Haz esto

- Refiérete a emociones temporales (“eleva el estado de ánimo” “reduce la irritabilidad”).
- Usa afirmaciones cosméticas (“limpia”, “mejora la apariencia”).
- Usa afirmaciones de estructura-función únicamente con productos etiquetados para uso interno.
  - Usa palabras tales como “salud”, “bienestar”, “apoya”, “mantiene”, etc.
  - Refiérete a partes y sistemas generales del cuerpo (“para la salud cardiaca”, “apoya el sistema respiratorio”).
  - Refiérete a las condiciones normales asociadas con un estado o proceso natural (“la náusea matutina durante el embarazo”, “sofocos durante la menopausia”).
  - Usa calificadores como “leve”, “típico”, “normal”, “ocasional” u otras palabras para distinguir una condición temporal o menor de un síntoma o enfermedad (“malestar estomacal ocasional”, “dolor muscular después del ejercicio”).
- Usa el descargo de responsabilidad de la FDA únicamente con afirmaciones de estructura-función.
- Usa los materiales del sitio de herramientas dōTERRA y dōTERRA University.

## No se debe

- No uses afirmaciones acerca de enfermedades.
- No uses palabras tales como “enfermedad”, “dolencia”, “curar”, “tratar”, “reparar”, “crónico”, etc.
- No menciones ninguna enfermedad o dolencia, tal como cáncer, diabetes, autismo, resfrío, gripe, etc.
- No menciones síntomas de enfermedades tales como tos, estornudo, fiebre, etc.
- No recomiendes un producto como sustituto de un medicamento.
- No recomiendes un producto para aumentar una terapia o medicamento.
- No insinúes afirmaciones de enfermedad por medio de fotografías o símbolos.

## Definiciones

<b>Afirmaciones cosméticas:</b>	Afirmaciones de que un producto limpia, embellece, promueve el atractivo o altera la apariencia.
<b>Afirmaciones de estructura-función:</b>	Afirmaciones de que un producto ayuda al cuerpo a mantenerse saludable y a funcionar normalmente o contribuye al bienestar general, por ejemplo: “apoya el sistema inmunitario”.
<b>Afirmaciones acerca de enfermedades, medicamentos, asuntos médicos:</b>	Afirmaciones de que un producto diagnostica, previene, trata o cura alguna enfermedad.
<b>Enfermedad:</b>	Daño a un órgano, parte, estructura o sistema del cuerpo a tal grado que no funciona apropiadamente.
<b>Descargo de responsabilidad de la FDA:</b>	“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.

# Guía de afirmaciones breve

Afirmaciones acerca de enfermedades	Afirmaciones de estructura-función
Evita, trata, cura cualquier tipo de enfermedad, dolencia, infección, trastorno, condición crónica etc.	Apoya, mantiene o mejora la salud, el bienestar o estructura y funciones del cuerpo como el cerebro, el corazón, el hígado, los músculos y las articulaciones, el sistema respiratorio, la función cognitiva, etc.
Combate el resfrío y la gripe	Apoya el sistema inmunitario
Alivia el insomnio	Alivia el insomnio ocasional
Alivia los dolores de cabeza	Alivia la tensión en la cabeza y en el cuello
Alivia el dolor de la artritis	Apoya el cartílago y la función articular
Reduce la depresión y la ansiedad	Reduce sentimientos de tristeza y ansiedad; además, te ayuda a relajarte, calma las emociones, elimina la tensión, alivia la inquietud, elimina la irritabilidad
Reduce el colesterol	Mantiene los niveles de colesterol saludables que ya se encuentran dentro del rango normal
Para infecciones en los oídos	Para el malestar ocasional en los oídos
Ayuda a combatir la obesidad	Ayuda con los planes de reducción de peso
Ayuda con ADD/ADHD	Ayuda con el enfoque y a mantenerse concentrado
Para la demencia y la enfermedad de Alzheimer	Para problemas de memoria leves asociados con el envejecimiento
Para la toxemia	Para edemas asociados con el embarazo
Para hypermensis gravidarum	Para la náusea matutina normal
Evita la osteoporosis	Apoya la salud ósea
Trata el acné cístico	Trata el acné leve
Alivia la agrura o indigestión ácida (sin más calificación)	Alivia la agrura o indigestión ácida ocasional o leve; además, alivia el malestar estomacal ocasional, ayuda con la digestión y alivia la flatulencia o hinchazón
Para las náuseas (sin más calificación)	Para la náusea o mareo ocasional
Alivia el estreñimiento (sin más calificación)	Alivia el estreñimiento ocasional
Alivia el dolor (sin más calificación)	Alivia dolores leves o dolores asociados con situaciones que no son enfermedades, tales como el dolor muscular después del ejercicio
Para la fatiga crónica y la somnolencia diurna	Ayuda a restaurar la agudeza o agilidad mental cuando se experimenta fatiga o somnolencia
Combate gérmenes, virus, bacterias o alérgenos	Para amenazas estacionales o medioambientales
Evita la diabetes	Úsalo como parte de tu dieta para ayudar a mantener un nivel de azúcar sanguíneo ya saludable
Junto con mejores patrones de alimentación y ejercicio, puede evitar problemas como la enfermedad cardíaca, la embolia, la diabetes y el cáncer.	Junto con mejores patrones de alimentación y ejercicio, puede contribuir a evitar enfermedades y a mejorar la salud.

Usa aprobaciones de estructura-función únicamente para productos para los cuales han sido sustanciadas. No deben usarse como sustitutas. Basadas en ejemplos dados por la FDA. Lee "Guidance for Industry; Structure/Function Claims, Small Entity Compliance Guide," Food and Drug Administration, 9 de enero de 2002.