

## 1. ¿Deberíamos considerar consumir menos fármacos?

- ✓ Ocurre una muerte cada 24 minutos por los efectos secundarios de los medicamentos con receta médica según la revista People en USA.
- ✓ Los niños en edad preescolar son el grupo de mayor crecimiento en prescripción de antidepresivos. **Asociación Nacional de Salud Mental**

## 2. ¿Qué son los aceites esenciales?

- ✓ Son sustancias puras muy aromáticas que se encuentran en las raíces, hojas, flores, cáscaras, resinas, maderas y tallos de las plantas.
- ✓ 1 sola gota de aceite esencial de menta equivale a 28 tazas de té y cuesta menos de \$1.68.

ACCIÓN: Inhala 1 gota de aceite esencial de menta de las manos.

## 3. Los aceites esenciales de grado terapéutico son seguros



## 4. Las 3 formas básicas para usar tus aceites esenciales:

**AROMÁTICA:** Del frasco, de tus manos, con un difusor o en spray.

**TÓPICA:** Directos o diluidos en manos, pies, espalda, orejas, enjuagues, cremas y productos de belleza.

**El Aceite Fraccionado de Coco** sirve para expandir los aceites en tu piel o para evitar que te ardan los aceites más fuertes.

**INTERNA:** En una cápsula vegetal, combinados con cualquier bebida e incluso en los alimentos.

### INCIENSO:

- Cicatrices.
- Heridas y quemaduras.
- Aneurismas.
- Parkinson.
- Como anticancerígeno.
- Depresión.



Coloca una gota de incienso en tu dedo pulgar y toca tu paladar dejando que se absorba el aceite esencial para dolor de cabeza intenso.

### MENTA

- Abrir tus vías respiratorias.
- Aliviar los dolores de cabeza por tensión.
- Disminuir tus antojos.
- Controlar bochornos.
- Controlar fiebres.
- Ayuda a mejorar tu digestión.

### LAVANDA

- Calmarte y relajarte.
- Tener un sueño más profundo.
- Cicatrizar heridas rápidamente.
- Controlar el cuero cabelludo graso (solo agrega unas gotas a tu champú).
- Relajar a tu mascota (César Millán utiliza la lavanda de doTERRA, busca en youtube "Cesar Millan doTERRA").

### LIMÓN

Toma diariamente 1 gota de AE de limón para:

- Desintoxicar tu cuerpo.
- Sentir más energía.
- Reducir grasas.
- Mejorar tu presión arterial.

Aplicalo en tu piel para:

- Reducir celulitis.
- Liberar líquidos retenidos.

Inhálalo para:

- Mejorar tu estado de ánimo.
- Calmar tu ansiedad.

Combina 1 gota de limón + 1 gota de lavanda + 1 gota de menta e ingiere y/o inhala para alergias de temporada.

# dōTERRA + FAMILY PHYSICIAN KIT



## 4. Usar aceites esenciales es económico.

- ✓ Con 42 gotas de aceite esencial de limoncillo (1 c/8 horas, 14 días) puedes controlar la bacteria *Helicobacter Pylori* que causa problemas gastrointestinales y el costo de eso es de menos de \$37 (los medicamentos de farmacia para esta bacteria cuestan más de \$1200).
- ✓ Cada gota de aceite esencial de limoncillo por ejemplo cuesta menos de 1 peso
- ✓ 1 frasco de 15 ml de aceite esencial contiene 250 gotas.

### **USA DIGESTZEN (MEZCLA DIGESTIVA) PARA:**

- Diarrea.
- Malestar estomacal.
- Intoxicación alimenticia.
- Acidez

### **USA EASY AIR (MEZCLA RESPIRATORIA) PARA:**

- Respirar mejor.
- Asma.
- Congestión.

### **USA ON GUARD (MEZCLA PROTECTORA) PARA:**

- Dolor de garganta.
- Infecciones de encías.
- Limpiar y desinfectar superficies.
- Fortalecer tu sistema inmunológico.

Mezcla 2 gotitas en un buche de agua y usa como enjuague bucal.

### **USA MELALEUCA PARA:**

- Desinfectar heridas.
- Combatir el acné.
- Infecciones en la piel.
- Herpes.
- Hongos.

### **USA ORÉGANO PARA:**

- Infecciones estomacales
- Verrugas
- Gripe
- Tos
- Dolor de articulaciones

### **USA DEEP BLUE (MEZCLA MUSCULAR) PARA:**

- Golpes y moretones.
- Reconfortar tus músculos después del ejercicio.
- Dolor por artritis.
- Dolor de ciática.

## 5. ¿Qué apoyo tendrás para aprender más sobre los aceites y sus aplicaciones?

Al tener tu cuenta con doTERRA podrás tener los siguientes BONOS de regalo:

- ✓ Clase de bienvenida por teléfono.
- ✓ Acceso al chat de whatsapp de doTRIBU.
- ✓ Acceso a nuestra serie de guías digitales "Clases Para Llevar" donde aprenderás cómo usar los aceites para: Salud, Belleza, Higiene personal, Mascotas, Cocina, etc.
- ✓ Club de talleres y clases.

## 6. Responde tu cuestionario por favor