



## COPAIBA

Antiinflamatorio  
Artritis, reumatismo  
Problemas de la piel  
Picaduras de insectos  
Dolores estomacales  
Trastornos urinarios  
Problemas respiratorios  
Depresión y estrés  
Ansiedad



## LIMÓN

Deficiencia circulatoria  
Herpes labial  
Regula el PH  
Callos  
Ansiedad  
Limpia el hígado  
Claridad Mental  
Revitalizante  
Desinfectante de superficies



## PURIFICACIÓN

(Citronela, Lemongrass, Lavandín, Romero, Árbol de té, Mirto)  
Dolor de garganta, tos  
Dolor de oídos  
Limpia y desinfecta  
Neutraliza malos olores  
Disminuye acné, la caspa  
Picaduras de insectos  
Repelente de insectos  
Antiviral y antibacterial



## AROMA EASE

(Jengibre, Cardamomo, Menta, Hinojo, Hierbabuena)  
Náuseas  
Mareo en los viajes  
Tensión nerviosa  
Bloqueos emocionales  
Levanta el ánimo  
Trastornos estomacales  
Aporta energía  
Revitaliza la mente



## DIGIZE

(Estragón, Jengibre, Menta, Enebro, Hinojo, Lemongrass, Anís, Pachuli)  
Indigestiones  
Ácido de estómago  
Náuseas, gases,  
Colitis, diarreas  
Estreñimiento  
Inflamación de estómago  
Infestación parasitaria  
Sistema digestivo



## NARANJA

Relaja y calma  
Ansiedad  
Tensión nerviosa  
Diurético y depurativo  
Malestares estomacales  
Aumenta las defensas  
Gripes y resfriados  
Afrrodisíaco leve  
Previene envejecimiento piel



## R.C.

(Eucalipto globulus, Mirto, Pino, Mejorana, Eucalipto radiata, Eucalipto citriodora, Lavanda, Ciprés, Tsuga, Menta)  
Resfriados  
Bronquitis  
Dolor de garganta  
Sinusitis  
Tos y alergias  
Congestión respiratoria  
Infecciones de pulmón



## CITRUS FRESH

(Limón, Mandarina, Tangerina, Naranja, Menta verde)  
Estrés  
Vigorizante  
Insomnio  
Diurético  
Depresión  
Sistema inmunológico  
Sistema linfático  
Equilibrio emocional



## INCIENSO

Fortalece el sistema inmune  
Depresión  
Antiinflamatorio  
Arrugas y cicatrices  
Concentración  
Cortes y heridas  
Manchas en la piel  
Infecciones respiratorias



## PANAWAY

(Siempre viva, Gaulteria, Clavo, Menta)  
Dolores de cabeza  
Dolores de crecimiento  
Dolores musculares  
Inflamaciones  
Moretones  
Artritis, ciática  
Torceduras y golpes  
Calambres



## STRESS AWAY

(Copaiba, Madera de cedro, Lima, Ocotea, Lavanda)  
Dolores de cabeza  
Relajación  
Sueño  
Ansiedad  
Estrés del día a día  
Equilibrio mental  
Equilibrio emocional



## LEMONGRASS

Antiinflamatorio  
Inflamación muscular  
Dolor de muelas  
Dolor de cabeza  
Ansiedad y depresión  
Calma y relaja  
Gases intestinales  
Quemaduras  
Repelente



## LAVANDA

Problemas respiratorios  
Presión arterial alta  
Alergias  
Dolores menstruales  
Eczema, dermatitis  
Quemaduras  
Insomnio  
Tensión nerviosa, estrés  
Dolor de cabeza



## MENTA

Artritis  
Congestión respiratoria  
Alergias  
Problemas digestivos  
Disminuye la fiebre  
Dolores de cabeza  
Dolores musculares  
Ansiedad  
Concentración mental



## THIEVES

(Clavo, Limón, Canela, Eucalipto radiata, Romero)  
Antiséptico y antibacterial  
Infecciones de garganta  
Virus estomacales, diarrea  
Higiene bucal  
Elimina hongos, desinfecta  
Aftas, herpes  
Resfriados  
Sistema inmunológico



## ÁRBOL DE TÉ

Sistema inmunitario  
Limpieza de la piel  
Limpia y desinfecta  
Cicatrices  
Cabellos dañados  
Acné  
Psoriasis  
Cándidas  
Hongos



# DAMOS LA BIENVENIDA A LOS ACEITES ESENCIALES EN TU BOTIQUÍN FAMILIAR

## EL KIT IMPRESCINDIBLE DE ACEITES ESENCIALES YOUNG LIVING

El "Kit de inicio de lujo de Young Living" se compone de doce aceites simples y mezclas de 5 ml:

- **Aceites simples:** Lavanda, Menta, Limón, Copaiba, Incienso (Frankincense), Naranja.
- **Mezclas de aceites:** Di-Gize, Thieves, R.C., Stress Away, Pan Away, Purificación.

Young Living garantiza la calidad 100% de sus aceites esenciales gracias a la garantía de "Semilla al Sello". En caso de que uno o más de los aceites y mezclas enumerados estuvieran agotados, pueden ser sustituidos por uno o más de los siguientes aceites (5 ml cada uno): Lemongrass, Citrus Fresh, Melaleuca Alternifolia (Árbol del Té) o AromaEase. El kit incluye también los siguientes accesorios: un accesorio AromaGlide, cinco tarjetas comerciales, diez frascos de 1 ml para muestras de aceites, dos paquetes de 60 ml de NingXia Red®, y un difusor DewDrop. El kit tiene un precio de unos 188€ (gastos de envío e IVA incluidos).

## LOS ACEITES ESENCIALES TIENEN PROPIEDADES MUY VERSÁTILES

- **Cuidado de la piel:** Árbol del Té, Bergamota, Mirra, Incienso, Cedro, Lavanda, Copaiba, Geranio, Pachulí.
- **Calmantes:** Bergamota, Naranja, Lavanda, Mandarina, Valeriana, Stress Away, Paz y Calma, Tranquil.
- **Analgésicos:** PanAway, Deep Relief, Manzanilla romana, Menta, Lavanda, Laurel, Gaultheria, Copaiba.
- **Antisépticos:** Purificación, Naranja, Limón, Bergamota, Lima, Mandarina, Lavanda, Citrus Fresh, Romero.
- **Antiinflamatorios:** Manzanilla alemana y romana, Copaiba, Purificación, Thieves, Lemongrass, Lavanda.
- **Respiratorios:** R.C., Raven, Ciprés, Ravensara, Menta, Mirto, Thieves, Árbol del té, Limón, Breath Again.
- **Estimulantes:** Romero cineol, En-R-Gee, Jengibre, Menta, Mejorana, Incienso, Limón, Citrus Fresh, Lima.
- **Sistema inmunológico:** Árbol del Té, Limón, Ravensara, Siempre Viva, Thieves, Citrus Fresh.
- **Fungicidas:** Árbol de té, Clavo, Geranio, Limón, Lavanda, Thieves.
- **Digestivos:** Di-Gize, AromaEase, Limón, Menta, Naranja, Pomelo.

## POSIBLES APLICACIONES A DOLENCIAS COMUNES

- **Fiebre:** aplicar Menta en planta de los pies, axilas, sienas, espina dorsal y ombligo, cada 15 minutos hasta conseguir bajarla. Se puede combinar y/o alternar con Limón, Lavanda, Thieves e Incienso.
- **Dolor de cabeza:** aplicar Menta y PanAway en sienas y detrás del cuello y/o poner en el difusor.
- **Resfriados:** aplicar R.C. o Raven sobre el pecho y en el difusor por la noche, y Thieves en la planta de los pies para estimular el sistema inmunológico y en la columna vertebral para eliminar virus y bacterias.
- **Diarrea, dolor de barriga, virus estomacales:** aplicar una gota de DiGize sobre el abdomen.
- **Cortes y heridas:** aplicar Lavanda y Purificación sobre la zona.
- **Golpes y moratones:** aplicar PanAway, dando ligeros masajes, y Lavanda para evitar que salgan moratones.
- **Alergias:** Diluir en un aceite vegetal 3 gotas de aceite esencial de Lavanda, 3 de Limón y 3 de Menta y aplicar detrás del cuello y por la zona de la nariz y debajo de la nariz. Poner la misma mezcla (sin diluir) en el difusor.

## IDEAS DE ACEITES ESENCIALES PARA PONER EN EL DIFUSOR

- **Purificar el aire y eliminar malos olores:** Purificación.
- **Crear un ambiente de tranquilidad:** Lavanda, Stress Away, Paz y Calma, Mandarina.
- **Estados de depresión o situaciones personales difíciles:** Incienso, Joy, Bergamota, Citrus Fresh.
- **Facilitar la respiración:** Eucalipto, Pino, Abeto, Raven, R.C.
- **Eliminar bacterias, virus y moho, estancias y/o visitas en el hospital:** Thieves.
- **Favorecer el sueño:** Paz y Calma, Lavanda, RutaVala, Valeriana, Mandarina.
- **Repeler mosquitos:** Citronela, Palo santo, Purificación, Menta, Lemongrass.
- **Estudiar y concentrarse:** Menta, Limón, Clarify, Brain Power.

## ¿CÓMO DILUIR LOS ACEITES ESENCIALES?

Los aceites esenciales son tan potentes que los usamos diluidos en aceites vegetales portadores (V-6, oliva, almendras dulces, caléndula, joboba, coco, rosa mosqueta, karité, etc.) para aplicar en la piel, sobre todo en bebés, niños, personas mayores y pieles sensibles. Es importante **elegir el mejor en función del uso que queramos darle** (piel, cara, cabello, etc.). En caso de irritación o reacciones alérgicas verificar el aceite vegetal empleado: no se recomienda usar almendras dulces en personas alérgicas o germen de trigo en personas celíacas.

DILUCIONES APROXIMADAS EN GOTAS PARA	5 ml	10 ml	15 ml	PRECAUCIONES
Bebés 0-12 meses	1	2	3	Se recomienda empezar con diluciones más bajas e ir subiendo (consultar las recetas para mezclas). En el difusor usar sin diluir, empezar con 2-3 gotas e ir subiendo poco a poco (hasta 7-8).
Niños 1-6 años	2	4	6	
Niños 6-12 años; adultos con piel delicada; Embarazadas y seniors	2-3	4-6	6-9	
Adultos (+de 12 años) piel normal	3-4	6-8	9-12	

## PRECAUCIONES A TENER EN CUENTA

ACEITE ESENCIAL	APLICACIÓN TÓPICA			APLICACIÓN AROMÁTICA						PRECAUCIONES				OTROS	
	NRD	AD	USD	HD	V	V10	V15	V30	V60	BÑ	S	FS	IR		EMB
Árbol del té	✓			✓	✓				✓		✓				
AromaEase		✓		✓	✓										b
Citrus fresh		✓		✓	✓							✓	✓		
Copaiba		✓	✓		✓										a
DiGize		✓	✓												
Frankincense	✓			✓					✓						
Lavanda	✓			✓					✓	✓	✓				
Lemongrass		✓										✓	✓		
Limón		✓		✓					✓		✓	✓	✓		
Menta		✓		✓		✓					✓		✓*		b
Naranja		✓		✓	✓							✓			
Panaway		✓	✓	✓	✓					✓			✓		
Purificación		✓	✓	✓	✓		✓						✓		
R.C.		✓		✓	✓										
StressAway	✓			✓	✓					✓					
Thieves		✓		✓								✓	✓*	✓	b

**Aplicación tópica:** NRD: No requiere dilución en adultos (salvo pieles sensibles). AD: Aplicar diluido; USD: En pieles adultas no sensibles, puede usarse sin diluir. **Aplicación aromática:** HD: Inhalar directamente. V: Vaporizar libremente. V15: Vaporizar de 15 a 30 minutos cada 3 o 4 horas. V10: Vaporizar no más de 10 minutos tres veces al día en una habitación bien ventilada. V30: Vaporizar hasta 30 minutos tres veces al día. V60: vaporizar hasta 1 hora tres veces al día. BÑ: añadir 2-4 gotas al baño siempre diluidos en leche entera o sal. **Precauciones:** Evitar siempre el contacto directo con los ojos. S: Se considera seguro; FS: Fotosensible (evitar aplicarlo en áreas expuestas al sol, evitar la luz del sol y rayos hasta 12 horas después de aplicarlo en la piel); IR: Irrita la piel (\* muy irritante); EMB: Usar con precaución en el embarazo o evitar. **Otros:** a: Amplifica los efectos de los aceites esenciales. b: Causa sensibilidad cutánea. **Consejos de conservación:** Para conservar o diluir las mezclas utilizar envases de vidrio opacos y guardarlos en un lugar fresco. Nunca utilizar envases de plástico con aceites cítricos, ya que las partículas del plástico pueden filtrarse en el aceite y dañar la piel al usarlo.

## SOMOS UNA GRAN COMUNIDAD DE USUARIOS

www.mariajosediazdemera.com  
www.facebook.com/aceitesgotaagota



Pregunta lo que quieras a tu distribuidora de referencia:  
Rut Ramos (ID:3584802), Tel: (+34) 678608180