

A aromaterapia é uma das práticas complementares mais acessíveis de ser utilizada! O Óleo Essencial é um extrato natural superconcentrado, extraído das flores, plantas, frutas. Cada gota dele tem o equivalente a 25-28 xícaras de chá da planta em média! Eles são fonte de energia viva e atuam como promotores de bem-estar e um auxílio para diversas doenças.

Confira abaixo algumas curiosidades sobre os óleos essenciais:

1. Entram em nossa corrente sanguínea em apenas 30 segundos!
2. São de 50 a 70 vezes mais poderoso que a erva in natura.
3. Eles contêm propriedades antimicrobianas, anti-inflamatórias, fungicidas e antivirais.
4. São totalmente naturais e podem ser encontrados na raiz, pétala, folha ou casca de uma planta.



Equipe amor ao próximo

@luizacataldo.oleosessenciais

☎ 31 98850-5655

Formas de uso



AROMÁTICO

Inale ou use no difusor doTERRA

- abre as vias respiratórias;
- melhorar o humor;
- refrescar o ar.



TÓPICO

- Massagens no local, como
- planta dos pés, pulsos,
- têmporas, nuca, etc.



INGESTÃO

- Água saborizada;
em sua bebida preferida;
no preparo de alimentos.

SOMENTE
ÓLEOS COM
CPTG

É CONTRAINDICADO INGERIR:

Arbovitae
Cedarwood
Cipreste
Douglas Fir
Eucalipto
Spikenard
Wintergreen

Aromatouch
Balance
Breathe
Citrus blis
Deep blue
Elevation

Purify
Serenity
Terrashield
Todos roll ons
Whisper

Emotional Kit:

Cheer
Console
Forgive
Motivate
Passion
Peace

Lavanda



Áreas de apoio:

- * Relaxar emocionalmente
- * Relaxar fisicamente
- * Dormir melhor
- * Pele saudável

Sedativo, adstringente,
anti-histamínico, antiespasmódico,
analgésico, calmante, antiespasmódico,
antibacteriano, cardiotônico



Dicas de uso



PROBLEMAS PARA DORMIR

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente abaixo do nariz.
- Topicamente na sola dos pés.

ESTRESSE, ANSIEDADE E BRUXISMO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente sobre o coração.
- Topicamente na nuca.

QUEIMADURAS OU CICATRIZES

- Topicamente no local para acalmar, tratar e reduzir a cicatriz.

ALERGIA E FEBRE DO FENO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Internamente com os óleos de limão e hortelã pimenta.

CÓLICA E BEBÊ IRRITADO

- Topicamente diluído no abdome.
- Topicamente ao longo da coluna.
- Topicamente na sola dos pés.

CORTES, FERIDAS E BOLHAS

- Topicamente para limpar, tratar e evitar formar cicatrizes.

MORDIDAS DE INSETO E URTICÁRIA

- Topicamente para acalmar como um antialérgico natural.

HEMORRAGIA NASAL OU OLHOS VERMELHOS

- Topicamente sobre o nariz.
- Topicamente ao redor dos olhos.

PRESSÃO ALTA

- Topicamente ao redor do coração.
- Topicamente nos pulsos, nuca e pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

EFEITO EMOCIONAL: DESPERCEBIDO PARA EXPRESSIVO

- Topicamente sobre o nariz.
- Topicamente ao redor dos olhos.

Peppermint



Áreas de Apoio:

- * Mais energia
- * Alívio da dor de cabeça
- * Mais disposição
- * Apoio ao sistema digestivo

Anti inflamatório, analgésico, anti espasmódico, aquecimento, resfriamento, revigorante expectorante, vaso construtor, estimulante.



Dicas de uso



DORES DE CABEÇA E ENXAQUECA

- Topicamente nas têmporas;
- Topicamente atrás das orelhas;
- Topicamente na nuca.

ASMA, SINUSITE, TOSSE E PROBLEMAS RESPIRATÓRIOS

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente no peito e nas costas.
- Topicamente na sola dos pés.

MAU HÁLITO E ENXÁGUE BUCAL

- Gargarejar uma gota com água ou preparar spray bucal.

DIMINUIR A OFERTA DE LEITE

- Topicamente diluído nos seios.
- Internamente com água ou em cápsula.

FEBRES E SENSAÇÃO DE CALOR

- Topicamente na nuca.
- Topicamente na coluna.
- Topicamente na sola dos pés.

QUEIMADURAS E QUEIMADURAS DE SOL

- Topicamente puro ou diluído na pele queimada.

PERDA DE OLFATO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente sobre o nariz.

DESPERTAR E DAR ENERGIA

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente na nuca.

GASTRITE OU DESCONFORTO DIGESTIVO

- Topicamente sobre o abdome.
- Internamente com água ou em cápsula.

EFEITO EMOCIONAL - CANSADO PRA REVIGORADO

- Usar aromaticamente ou topicamente.

Lemon



Áreas de apoio:

- * **Emocional**
- * **Ação Detox**
- * **Diurético**

Antisséptico, diurético, antioxidante, antibacteriano, desintoxicante, desinfetante, adstringente, desengraxante.



Dicas de uso



PROBLEMAS NOS RINS, CÁLCULO RENAL E BILIAR

- Topicamente diluído nas áreas de desconforto.
- Adicionar compressa quente para intensificar o resultado.
- Internamente algumas gotas para quebrar as pedras.

PROBLEMAS DE PH E SISTEMA LINFÁTICO

- Topicamente nas orelhas.
- Topicamente nos tornozelos e na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

EDEMAS E RETENÇÃO DE LÍQUIDO

- Topicamente massageando as pernas.
- Topicamente na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

AZIA E REFLUXO

- Internamente com água ou em cápsula com óleo de gengibre.

CONGESTÃO E MUCO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente sobre o peito.
- Internamente com água ou em cápsula.

CORIZA E ALERGIAS

- Aromaticamente com as duas mãos ou difusor ultrassônico.
- Topicamente sobre o nariz para controlar a coriza.
- Internamente com a lavanda e o hortelã pimenta para alergias.

GOTA, REUMATISMO E ARTRITE

- Internamente com água ou em cápsula.

LIMPEZA DE AMBIENTES EM GERAL

- Adicione algumas gotas em um frasco borrifador com água.

EFEITO EMOCIONAL - DESATENTO PARA ENERGIZADO

- Usar aromaticamente ou topicamente.

Breathe



Áreas de apoio:

- * Sono tranquilo
- * Apoia o sistema respiratório
- * Minimiza os efeitos das ameaças sazonais

Composto pela reunião da Folha de Louro, Hortelã-Pimenta, Eucalipto, Tea Tree, Limão-Siciliano, Cardamomo, Canforeira e Ravensara.

Dicas de uso



ASMA

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente abaixo do nariz.
- Topicamente no peito e na sola dos pés.

ALERGIAS

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente abaixo do nariz.
- Topicamente no peito e na sola dos pés.

TOSSE E CONGESTÃO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente abaixo do nariz.
- Topicamente no peito e na sola dos pés.

GRIPE E BRONQUITE

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente no peito e na sola dos pés.

SINUSITE E PÓLIPO NASAL

- Topicamente abaixo do nariz e sobre o nariz

PROBLEMAS PARA DORMIR

- Aromaticamente com lavanda no difusor ultrassônico.
- Topicamente na sola dos pés.

RESPIRAÇÃO FRACA

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente no peito.

ASMA CAUSADA POR EXERCÍCIO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente no peito e na sola dos pés.

PNEUMONIA

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente abaixo do nariz.
- Topicamente no peito e na sola dos pés.

Melaleuca



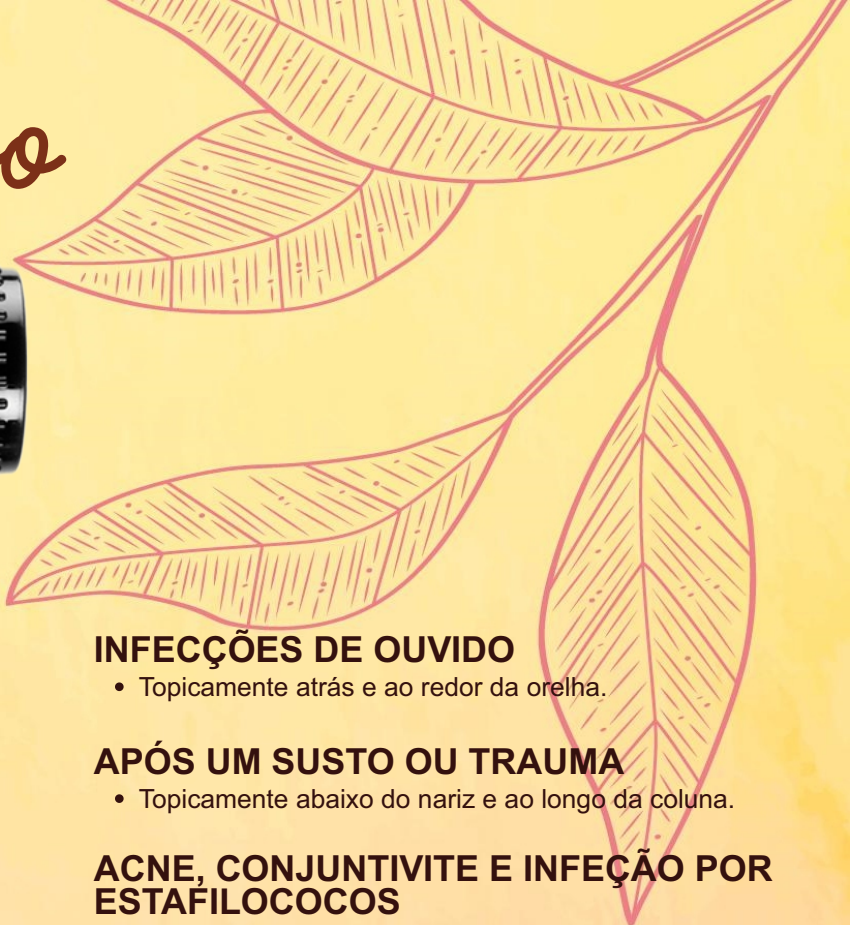
Áreas de apoio:

- * **Pele e cabelos saudáveis**
- * **Propriedades bactericidas e fungicidas**
- * **Purifica o corpo e o ambiente**

Antisséptico, antibacteriano, antifúngico, antiparasitário, antiviral, analgésico descongestionante.



Dicas de uso



CORTES E FERIDAS

- Topicamente para limpar e desinfetar feridas.

VÍRUS, BACTÉRIAS E DIARRÉIA

- Topicamente no abdome.
- Internamente com água ou em cápsula

CANCROS E AFTAS

- Topicamente no local para prevenir e tratar.

PÉ DE ATLETA E CÂNDIDA

- Topicamente diluído nas áreas afetadas.
- Internamente com água ou em cápsula.

DOR DE GARGANTA E AMIDALITE

- Internamente com água ou em cápsula.
- Gargarejar com água quente.

CASPA, SARNA E PIOLHO

- Topicamente diretamente na área afetada.
- Adicionar ao seu shampoo, espuma de banho ou banheira

INFECCÕES DE OUVIDO

- Topicamente atrás e ao redor da orelha.

APÓS UM SUSTO OU TRAUMA

- Topicamente abaixo do nariz e ao longo da coluna.

ACNE, CONJUNTIVITE E INFEÇÃO POR ESTAFILOCOCOS

- Topicamente na área afetada.
- Internamente com água ou em cápsula

BRONQUITE E RESFRIADO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente esfregando na garganta.
- Internamente com água ou em cápsula

EFEITO EMOCIONAL - INSEGURO PARA AUTO CONFIANTE

- Usar aromaticamente ou topicamente.

Tangerine



Áreas de apoio:

- * Apoio ao sistema imunológico
- * Apoio emocional
- * Limpa e purifica

Antioxidante, anticoagulante,
antiinflamatório, laxante,
sedativo mucolítico.



Dicas de uso



ANTIOXIDANTE, FORTALECIMENTO IMUNOLÓGICO E PROTEÇÃO CELULAR

- Tome em água ou na cápsula.

TRISTEZA E IRRITABILIDADE, COMPULSIVIDADE

- Disperse ou inspire de mãos em concha. Aplique sob o nariz ou tome em água.

PROBLEMAS DO SONO E ANSIEDADE, NERVOSISMO

- Disperse ou inspire de mãos em concha. Aplique sob o nariz ou tome em água.

DISTÚRBIOS DIGESTIVOS E DE ELIMINAÇÃO, PARASITAS

- Tome em água ou na cápsula e aplique no abdômen.

PENSAR EXCESSIVAMENTE E SENTIR-SE BLOQUEADO

- Disperse ou inspire nas mãos em concha ou aplique sob o nariz e testa.

EDEMA, CELULITE, BOLSA DE GORDURA

- Massagem em área de preocupação ou tomar em água ou na cápsula.

PELE SECA E RACHADA E CASPA

- Aplique diluído na área de interesse.

EQUILÍBRIO EMOCIONAL

- Use aromáticamente e topicamente para sair de oprimido para restaurado.

Copaiba



Áreas de apoio:

- * **Pele saudável e limpa**
- * **Suporte à a saúde dos sistemas cardiovascular, imunológico, digestivo e respiratório**
- * **Alívio de dores musculares**
- * **Potente antioxidante**

Embora o óleo essencial de copaíba não contenha canabinóides psicoativos, o principal componente cariofileno pode ser neuroprotetor e ter benefícios cardiovasculares e imunológicos.



Dicas de uso



DOR, INFLAMAÇÃO, ARTRITE, GOTA E CÂIBRÁS

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente na área afetada.

PROBLEMAS E TOXICIDADE HEPÁTICA

- Internamente com água ou em cápsula.

TENDINITE, FASCITE PLANTAR E ESPORÃO

- Topicamente na área afetada.

PROBLEMAS RESPIRATÓRIOS, GARGANTA E AMIDALITE

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente abaixo do nariz.
- Topicamente no peito.

SOUR NOTURNO E INCONTINÊNCIA URINÁRIA

- Topicamente no abdome.
- Internamente com água ou em cápsula.

COLITE E INFECÇÃO INTESTINAL

- Topicamente no abdome.
- Internamente com água ou em cápsula.

CÂNCER E DESORDENS IMUNOLÓGICAS

- Topicamente na sola dos pés.
- Topicamente ao longo da coluna.
- Internamente com água ou em cápsula.

INFECÇÕES POR VIRUS, BACTÉRIAS OU FUNGOS

- Topicamente na área afetada.
- Topicamente na sola dos pés.
- Topicamente ao longo da coluna.
- Internamente com água ou em cápsula.

MANCHAS DE PELE

- Topicamente com o óleo carreador.

EFEITO EMOCIONAL - ATORMENTADO PARA FOCADO

- Usar aromaticamente ou topicamente

Deep Blue



Áreas de apoio:

- * Analgésico**
- * Anti-inflamatório**
- * Parte reconfortante de uma massagem**

Composto por Wintergreen, Cânfora, Hortalã, Jóia das Searas, Camomila Azul, Sempre Viva e Osmanthus.



Equipe amor ao próximo

@luizacataldo.oleosessenciais

☎ 31 98850-5655

Dicas de uso



DOR MUSCULAR, NAS COSTAS E NAS JUNTAS E TENSÃO MUSCULAR

- Topicamente no local da dor

- Topicamente na área de tensão.

ARTRITE

- Topicamente no local da inflamação.

PRÉ-TREINO E PÓS-TREINO

- Topicamente nos músculos trabalhados.

NEUROPATIA

- Topicamente na área de desconforto.

DORES DE CRESCIMENTO

- Topicamente nas juntas doloridas.

FIBROMIALGIA

- Topicamente na área afetada.

DOR DE CABEÇA

- Topicamente na testa e nas têmporas.

SINDROME DO CHICOTE

- Topicamente na nuca e nos ombros.

DOR NO PESCOÇO

- Topicamente na nuca e nos ombros.

CONTUSÕES E LESÕES

- Topicamente na área afetada.

Frankincense



Áreas de apoio:

- * **Pele rejuvenescida e restaurada**
- * **Apoio ao sistema nervoso**
- * **Ajuda a função imunológica, o sistema nervoso e uma digestão saudável quando ingerido**

Imunoestimulante,
anti-inflamatório, restaurador,
antidepressivo, antitumoral.



Dicas de uso



FERIDAS E RUGAS

- Tópicamente nas feridas e rugas para regenerar a pele.

CICATRIZES E ESTRIAS

- Tópicamente em conjunto com o óleo de mirra.
- Tópicamente nas cicatrizes e estrias para melhorar a aparência.

CÂNCER E TUMORES

- Tópicamente massageando o local afetado.
- Internamente com um óleo que afete a área em questão.

CONVULSÕES E TRAUMATISMO

- Tópicamente ao longo da linha do cabelo e na nuca.
- Internamente pingando uma gota embaixo da língua.

ALZHEIMER, DEMÊNCIA E PROBLEMAS CEREBRAIS

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Tópicamente abaixo do nariz e na nuca.
- Internamente com água ou em cápsula.

DEPRESSÃO

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Internamente pingando uma gota embaixo da língua.

EFEITO EMOCIONAL - ISOLADO PARA SOCIÁVEL

- Usar aromaticamente ou tópicamente

DOR NO CIÁTICO, DOR NAS COSTAS E DOR DE CABEÇA

- Tópicamente na área afetada.
- Internamente com água ou em cápsula para reduzir inflamação

SISTEMA IMUNOLÓGICO

- Tópicamente na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

REGENERAÇÃO CELULAR

- Tópicamente na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

Zen Gest



Áreas de apoio:

- * Apoio a digestão
- * Reduz o inchaço abdominal
- * Elimina gases e auxilia na perda de peso.

Combina Gengibre, Erva Doce e Coentro com Hortelã-pimenta, Estragão, Anis e cominho.



Dicas de uso



GARGANTA SECA E DOLORIDA

- Pingue diretamente na parte de trás da garganta.

ENJÔO MATINAL E AZIA

- Aplique no peito, pontos de pulsação, abdômen e/ou tome em um copo d'água.

ENJÔO MATINAL / VIAGEM

- Inale, aplique sob o nariz ou beba em água.

COLITE E CÓLON IRRITÁVEL

- Tome em uma cápsula, em água e/ou massageie no abdômem diariamente.

DIARREIA E CONSTIPAÇÃO

- Tome em uma cápsula ou com água até que os sintomas sumam.

DOENÇA DE CROHN E FADIGA CRÔNICA

- Tome em uma cápsula ou esfregue no abdômem.

TOSSE E CONGESTIONAMENTO NASAL

- Tome em uma cápsula, em água com frequência.

INTOXICAÇÃO ALIMENTAR.

- Tome em uma cápsula, em água com frequência.

INCHAÇO, GASES, AZIA, NÁUSEA E INDIGESTÃO

- Aplique sobre o abdome e tome em uma cápsula.

REFLUXO E CÓLICA

- Tome com água ou em cápsula com limão.

Balance



Áreas de apoio:

- *Promove uma sensação de relaxamento**
- *Pode ajudar a aliviar os sentimentos de ansiedade.**
- * Evoca sentimentos de equilíbrio**

Combina Abeto, Ho Wood,
Olíbano, Tanaceto azul, e
Camomila azul



Dicas de uso

EFEITO EMOCIONAL ISOLADO PARA SOCIÁVEL

- Topicamente para limpar, tratar e evitar formar cicatrizes.

ESTRESSE E ANSIEDADE

- Aplique 1-2 gotas na sola dos pés e use o difusor ou inspire das mãos em forma de concha.

IRA E RAIVA

- Use o difusor e aplique 1-2 gotas sob o nariz ou na nuca.

JET LAG E ANSIEDADE DE VIAGEM

- Inspire das mãos em concha ou aplique 1-2 gotas sob o nariz.

CONVULSÕES, EPILEPSIA E MAL DE PARKINSON

- Aplique 1-2 gotas na nuca, ao longo da coluna e/ou na sola dos pés.

MEDO, LUTO E TRAUMA

- Use o difusor e aplique 1-2 gotas sob o nariz ou na nuca.

ALTERAÇÕES DE HUMOR E ESTRESSE

- Inspire das mãos em concha ou aplique 1-2 gotas sob o nariz.

TRANQUILIDADE E MEDITAÇÃO

- Aplique 1-2 gotas sob o nariz, na testa ou inspire nas mãos em concha.



On Guard



Áreas de apoio:

- * Purifica o ambiente e superfícies
- * Apoio ao sistema imunológico
- * Protege contra ameaças ambientais

Antibacteriano,
antiviral, combate
Bactérias, Vírus, Mofo.



Dicas de uso



MATAR GERMES E DOENÇAS TRANSMITIDAS PELO AR

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

FORTELECIMENTO IMUNOLÓGICO SAZONAL

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Topicamente na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

GRIPES E RESFRIADOS

- Topicamente na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula.

GINFEÇÃO ESTAFILOCÓCICA, FARINGITE E TOSSE

- Topicamente no peito e na garganta.
- Internamente com água ou em cápsula.
- Internamente gargareje uma gota com água e engula.

AFTAS, VERRUGAS E FERIDAS INFECCIONADAS

- Topicamente diluído nas áreas afetadas.

SAÚDE BUCAL

- Internamente gargareje uma gota com água.

PROBLEMAS COM FUGOS E PARASITAS

- Topicamente na área afetada.
- Internamente com água ou em cápsula.

PROBLEMAS NO TRATO URINÁRIO

- Topicamente na parte baixa do abdome.
- Internamente com água ou em cápsula.

FADIGA CRÔNICA E DOENÇA AUTOIMUNE

- Topicamente na sola dos pés.
- Internamente com água ou em cápsula

DESINFETAR E LIMPAR O AMBIENTES

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor ultrassônico.
- Adicione algumas gotas em um frasco borrifador com água.

Óleo de Coco Fracionado

Equipe amor ao próximo
@luizacataldo.oleoesenciais

31 98850-5655



- * **Amacia e suaviza a pele seca.**
- * **Emoliente natural que ajuda a distribuir o óleo essencial na pele.**
- * **Inodoro e incolor para mistura fácil e prática com qualquer óleo essencial.**
- * **Para hidratação, aplique na pele o Óleo de Coco Fracionado doTERRA puro ou misturado com seus óleos essenciais.**
- * **Misture com óleos essenciais calmantes e massageie o pescoço e ombros para um profundo relaxamento.**
- * **Antes de qualquer aplicação tópica e para minimizar qualquer sensibilidade, dilua os óleos essenciais mais fortes com Óleo de Coco Fracionado doTERRA**

Difusor Petal 2.0



**Com somente três peças,
é um difusor simples, fácil e conveniente de usar.
Configurações de tempo de 2 ou 6 horas contínuas e
12 horas intermitentes. Configurações opcionais de
iluminação, com luz noturna ou sem luz. Névoa
ultrafina alcança até 30 metros quadrados.**



Equipe amor ao próximo

@luizacataldo.oleosessenciais

☎ 31 98850-5655



Porque eu escolhi a doTERRA:

- Eles são seguros e 100% puros.
- Adquiridos através de uma rede global de produtores para fornecer os mais puros e eficazes óleos essenciais.
- Testados rigorosamente em padrões de pureza e potência.
- Livres de agentes de enchimento e ingredientes artificiais.
- Livres de contaminantes prejudiciais.

**Tornando-se um consultor do Bem-estar doTERRA
você irá obter diversos benefícios:**

- **Crie Renda Extra:** Crie uma renda extra e lucre até 33% na revenda e pontue no Programa de Fidelidade.
- **Compartilhe Naturalmente:** Quando você experimenta algo maravilhoso que faz a diferença em sua própria vida, você naturalmente quer compartilhar com aqueles que você gosta!
- **Ganhe Recompensas:** Compartilhar é recompensador!
À medida que seus contatos se inscrevem, você pode ganhar produtos grátis ou comissão.

A doTERRA proporciona uma oportunidade de negócio extremamente rentável!



Equipe amor ao próximo

@luizacataldo.oleosessenciais

☎ 31 98850-5655

Fidelidade

dōTERRA

MESES
1 A 3

10%

MESES
4 A 6

15%

MESES
7 A 9

20%

MESES
10 A 12

25%

MESES
13 +

30%

125 pontos ou +: produto grátis até dia 15.

100 pontos ou +: recebe bônus e pontos para troca.

50-99: avança na porcentagem de pontos para troca.

1-49 pontos: mantém a posição.

0: volta ao início.

Para saber mais clique no link:



<https://www.instagram.com/luizacataldo.oleosessenciais>



Equipe amor ao próximo

@luizacataldo.oleosessenciais

 31 98850-5655