

dōTERRA®

Qual a quantidade que eu uso?

Com os óleos essenciais, é importante saber que o uso em pequena quantidade e com mais frequência é mais eficiente.

Adultos: Muitos adultos usam de 2 a 4 gotas por vez.

Crianças: As pessoas geralmente usam de 1 a 2 gotas por vez nas crianças. Para crianças pequenas ou pessoas com a pele sensível, diluir o óleo com aproximadamente 1 colher de chá de óleo de coco fracionado.

Com qual frequência eu uso os óleos essenciais?

Em problemas menores – Ocasionalmente, o uso do óleo essencial uma vez apenas é o suficiente. Se o efeito desaparecer após um período de tempo, simplesmente use o óleo novamente. Não é raro as pessoas utilizarem 2 gotas a cada 2-3 horas até não precisar mais.

Em problemas severos ou crônicos – Os melhores resultados são alcançados pelo o uso de vários óleos essenciais sugeridos de cada vez, de 2 a 4 vezes por dia.



dōTERRA®

USOS DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

BASIL - Amenorréia, Bursite, Doença de CROHN, Diabetes, Dor de Ouvido, Dores Abdominais, Fadiga, Fadiga Crônica, Enxaqueca, Espasmos Musculares, Distrofias Musculares, Ligamentos Partidos, Músculos Distendidos, Picadas de Abelha, Picada de Insetos, Síndrome de Perna Inquieta, Tendinite, Vertigem, Vírus Epstein-Barr.

BERGAMOT - Cólicas, Depressão, Irritabilidade, Stress.

CASSIA - Diabetes, Febre Tifóide, Queimaduras, Tifo.

CINNAMON - Corrimento Vaginal, Diabetes, Dentes Careados, Diverticulite, Hipoglicemia, Infecção Bacteriana, Infecção Hospitalar, Fungos, Mau Hálito, Pneumonia.

CLARY SAGE - Amenorréia, Cólicas Menstruais, Colesterol, Desequilíbrio Hormonal, Desequilíbrio de Estrógeno, Dores, Epilepsia, Episódios Febris, Menstruação Irregular, TPM.

CLOVE - Abscesso, Catarata, Catapora (Varicela), Coágulo Sanguíneo, Dor de Dente, Doença de Lyme, Esclerose Múltipla, Glaucoma, Hipotireoidismo, Herpes, Fungos, Infecção por Fungos (oral ou vaginal), Inflamações da Gengiva, Lupus, Vício de Fumo, Vícios, Vírus.

CORIANDER - Diabetes, Glicose.

CYPRESS - Aneurisma, Arteriosclerose, Bexiga Solta, Bursite, Caspa, Câibras, Distensão Muscular, Derrame Cerebral, Esclerose Amiotrófica Lateral, Hematomas, Hemorragia, Hemorróidas, Intoxicação por Metais, Síndrome do Túnel do Carpo, Tuberculose, Varizes.

EUCALYPTUS - Alergias, Asma, Bronquite, Congestão Nasal, Enfisema, Endometriose, Febre do Feno, Hipoglicemia, Queimadura de Urtiga, Pneumonia, Resfriados, Tosse.

FRANKINCENSE - Amnésia, Aneurisma, Autismo, Artrite, Cisto Ovariano, Coma, Concussão, Convulsões, Depressão, Doença de Parkinson, Desordens do Fígado, Esquecimentos, Esclerose Múltipla, Esquizofrenia, Fadiga Mental, Intoxicação por Metais, Inflamação, Rugas, Tumores.

GERANIUM - Desequilíbrio Hormonal, Desordens do Fígado, Limpeza/Desintoxicação, Hemorróida, Impetigo, Icterícia, Pele Ressecada, Pedras na Vesícula, Trauma, Rugas, Sangramentos, Vertigem.

GINGER - Angina, Constipação, Enjoo de Gravidez, Diarréia, Enjoo de Escorbuto, Gases, Indigestão, Labirintite, Náusea, Parasitas, Tonturas (navio, avião, carro), Vertigem.

GRAPEFRUIT - Coágulo Sanguíneo, Celulite, Desordens de Appetite, Infecção por Metais, Obesidade, Stress, Supressor de Appetite, Vícios.

HELYCRISIUM - Alcoolismo, Aneurisma, Distensão do Tendão, Hemorróida, Problemas Circulatórios, Regeneração Celular, Varizes.

LAVENDER - Ansiedade, Alergias da Pele, Arritmia, Arteriosclerose, Assaduras, Calmante, Cortes, Hematomas, Insônia, Queimaduras, Queimaduras de Sol, Rubéola, Stress, Urticária.

LEMON - Detergente para Pratos e Roupas, Desinfecção, Desintoxicação, Pedras na Vesícula, Cabelo Oleoso, Gota, Limpeza da Gengiva, Inflamação da Garganta, Manchas na Roupas, Pedras nos Rins, Retirada de Manchas de Caneta, Ressaca, Tosse.

dōTERRA®

LEMONGRASS - Colesterol, Distensão do Tendão, Espasmos Musculares, Gastrite, Hipertireoidismo, Hipotireoidismo, Infecção por Metal, Infecção da Bexiga, Infecção do Trato Urinário, Lupus, Regeneração de Tecidos, Síndrome do Túnel do Carpo, Trauma de Tecidos Conectivos, Vírus Epstein-Barr, Varizes.

MARJORAM - Artrite, Cólicas, Doença de Parkinson, Dores Musculares, Distensão do Tendão, Laringite, Nevralgia, Pancreatite, Pressão Alta, Síndrome de Pernas Inquietas.

MELALEUCA - Acne, Aneurisma, Arranhaduras, Bactéria, Candidíase, Catapora, Coceira, Cortes, Eczema, Escoriações, Infecção de Ouvido, Fungo, Herpes, Pé de Atleta, Problemas da Pele, Resfriado, Rubéola.

MELISSA - Candidíase, Infecções Virais.

MYRRH - Amnésia, Candidíase, Desintoxicação, Fissuras na Pele, Hipertireoidismo, Hipotireoidismo, Perda de Memória, Sangramento de Gengiva.

OREGANO - Bolhas, Bronquite, Dermatite, Gangrena, Infecções por Fungo, Infecção Hospitalar, Infecção por Bactéria, Inflamação da Garganta, Pancreatite, Parasitas, Pé de Atleta, Verrugas.

PEPPERMINT - Alergias, Asma, Azia, Fadiga Crônica, Congestão, Diarréia, Desmaios, Dor de Cabeça, Dores nas Juntas, Dores nas Costas, Enjoos de Gravidez, Esclerose Múltipla, Falta de Concentração, Febre, Febre do Feno, Hipotireoidismo, Indigestão, Nevralgia, Paralisia Facial.

ROMAN CHAMOMILA - Bolha, Calmante, Catapora, Desintoxicação, Escoriações na Pele, Mal de Alzheimer, Menopausa, Picada de Abelha, Pele Ressecada, TPM.

ROSEMARY - Alcoolismo, Artrite, Corrimento Vaginal, Cólera, Doença de Raynaud, Queda de Cabelo, Problemas Respiratórios, Pressão Baixa, Sinusite.

SANDALWOOD - Déficit de Atenção e Interatividade, Esquecimento, Coma, Poliomielite, Tumor.

THYME - Aterosclerose, Bronquite, Calvície, Coqueluche, Coágulo Sanguíneo, Ciática, Escoliose, Infecção por Fungos, Pneumonia, Psoríase, Ronco, Resfriados, Tuberculose.

VETIVER - Autismo, Déficit de Atenção e Interatividade, Esquecimento, Hiperatividade, Perda de Memória.

WHITE FIR - Ferimento de Cartilagem, Fraqueza Muscular.

WILD ORANGE - Ansiedade, Depressão, Náusea, Toxemia.

WINTERGREEN - Clareamento dos Dentes, Dores, Dores de Cabeça, Dores nas Juntas, Distensões do Tendão, Dor de Dente, Espasmos Musculares, Músculos Doloridos, Pólio, Síndrome do Túnel do Carpo.

YLANG YLANG - Ansiedade, Arritmia, Inquietação, Pressão Alta, Perda da Libido para Homens e Mulheres.

dōTERRA®

USOS DAS MISTURAS DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

AROMA TOUCH - Analgésico, Dores, Massagens, Tensão.

BALANCE - Ansiedade, Depressão, Medo, Mudanças de Humor, Tristeza.

BREATHE - Alergias, Asma, Bronquite, Congestão, Tosse, Enfizema, Resfriado, Febre do Feno, Mucos, Mononucleose, Pneumonia, Problemas Respiratórios, Sinusite.

CITRUS BLISS - Anorexia, Apatia, Depressão, Inquietação, Exaustão, Esclerose Múltipla, Letargia, Problemas com Alimentação, Tristeza.

CLEAR SKIN - Coceira na cabeça, Doenças da Pele, Manchas nas unhas.

DEEP BLUE - Artrite, Cãibra, Dores Generalizadas, Dor nas Costas, Hematomas, Fibromialgia, Dor de Cabeça, Dores nas Juntas, Dores Musculares, Espasmos Musculares, Distensão Muscular, Dor no Pescoço, Dores Generalizadas, Tendinite, Rompimento dos Ligamentos, Torcicolo.

DIGESTZEN - Azia, Cólicas Abdominais, Colite, Constipação, Doença de CHRON, Diarréia, Dor de Estômago, Gastrite, Inchaço Abdominal, Infecção Alimentar, Náusea, Lombriga, Problemas Digestivos, Salmonela, Síndrome de Intestino Irritado, Virus Epstein-Barr.

ELEVATION - Ansiedade, Apatia, Síndrome de Cushing, Depressão, Pesar, Letargia, Lupus, Tensão Pós-Parto, Stress.

ON GUARD - Abscesso, Amidalite, Endometriose, Infecção Bacteriana, Fadiga Crônica, Garganta Inflamada, Gripe, Infecção por Fungos, Infecção Hospitalar, Infecção Viral, Lupus, Mononucleose, Pneumonia, Resfriado Comum, Verrugas, Virus Epstein-Barr.

PAST TENSE - Dor nas Costas, Dor de Cabeça, Enxaqueca, Tensão Muscular.

PURIFY - Odor Corporal, Desordens da Pele, Infecção de Ouvido, Limpeza de Casa, Picadas de Insetos, Úlceras da Pele.

SERENITY - Ansiedade, Calmante, Déficit de Atenção e Interatividade, Insônia, Irritabilidade, Fadiga Mental, Mudanças de Humor, Inquietação, Stress, Tensão.

SLIM & SASSY - Desequilíbrio de Açúcar no Sangue, Excesso de Comida, Celulite, Obesidade, Supressor de Apetite.

ZENDOCRINE - Desintoxicação, Limpeza de Intestino, Limpeza de Rins, Limpeza de Fígado, Limpeza de Pele.

Os óleos essenciais são naturais, saudáveis e ajudam no alívio dos sintomas. Procure associar a uma alimentação balanceada e uma vida saudável, praticando atividades físicas sempre que puder. Ao persistirem os sintomas, o médico deverá ser consultado.