



## Peppermint

### Hortelã-Pimenta

*Mentha Piperita*

Estados Unidos

A T I - S

A planta de hortelã pimenta é um híbrido de menta aquática e hortelã e foi descrito pela primeira vez por Carl Linneaus em 1753. A alta concentração de mentol encontrada no óleo de hortelã pimenta distingue-o como um produto de melhor qualidade no mercado.

Freqüentemente usado no creme dental e goma de mascar para a higiene oral, A hortelã pimenta também ajuda a aliviar mal estar no estômago e promove a função respiratória saudável. Hortelã pimenta continua a ser um dos favorito entre os óleos essenciais.

#### Principais Propriedades

Anti-inflamatório, Analgésico, Antiespasmódico, Aquecimento, Refrescante, Revigorante, Expectorante, Vasoconstritor e Estimulante.

# Dicas de Uso

## DORES DE CABEÇA E ENXAQUECA

- Topicamente nas têmporas.
- Topicamente atrás da orelha.
- Topicamente na nuca.

## RESPIRAÇÃO, ASMA, SINUSITE E TOSSE

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

## PERDA DE OLFATO

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

## FEBRE E SENSAÇÃO DE CALOR

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

## GASTRITE E DESCONFORTO DIGESTIVO

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

## QUEIMADORAS E QUEIMADURAS DE SOL

- Topicamente puro ou diluído na área afetada.

## MAU HÁLITO E ENXÁGUE BUCAL

- Gargarejar uma gota com água ou preparar spray bucal.

## DESPERTAR E DAR ENERGIA

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor.
- Topicamente na nuca.
- Internamente no palato mole.



## Lemon

### Limão Siciliano

*Citrus Limon*

Itália

A T I - N

O óleo essencial limão siciliano é o mais vendido e tem vários benefícios e usos. Limão é um poderoso agente de limpeza que purifica o ar, superfícies, e pode ser usado como um produto de limpeza não tóxico em toda a casa. Quando adicionado à água, limão fornece um impulso refrescante e saudável durante todo o dia. Limão é frequentemente adicionados aos alimentos para realçar o sabor de sobremesas e pratos principais. Usado internamente, limão favorece uma limpeza no organismo e benefícios digestivos além de uma função respiratória saudável. Quando usado no difusor, o limão é muito energiza e ajuda a melhorar o humor.

#### Principais Propriedades

Antisséptico, Diurético, Antioxidante, Antibacterial, Desintoxicante, Desinfetante, Mucolítico, Adstringente e Desengordurante.

# Dicas de Uso

## CORIZA E ALERGIAS

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

## CONGESTÃO E MUCO

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

## GOTA, REUMATISMO E ARTRITE

- Internamente com água ou em cápsula.

## PROBLEMAS DE PH E SISTEMA LINFÁTICO

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

## PROBLEMAS NOS RINS, FÍGADO E VESÍCULA

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

## AZIA E REFLUXO

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

## LIMPEZA DE AMBIENTES

- Adicione algumas gotas em um frasco borrifador com água.



## Lavender

### Lavanda

*Lavandula Angustifolia*

**Bulgária e França**

**A T I - N**

A Lavanda tem sido utilizada e valorizada durante séculos por seu aroma inconfundível e uma infinidade de benefícios. Nos tempos antigos, os egípcios e os romanos usavam lavanda para banho, relaxamento, culinária e como perfume; é amplamente utilizado pelas suas qualidades calmantes e relaxantes que continuam a ser as qualidades mais notáveis da lavanda. É frequentemente utilizado para reduzir o aparecimento de imperfeições da pele. Adicione a água do banho para manter afastado o estresse ou aplique na parte de trás do pescoço. Adicione algumas gotas de lavanda nos travesseiros, roupas de cama, ou planta dos pés para promover uma noite de sono repousante. Devido as propriedades versáteis tenha sempre o óleo à mão em todos os momentos.

### Principais Propriedades

Sedativa, Adstringente, Anti-histamínica, Citofilática, Antiespasmódica, Antidepressiva, Analgésica, Hipotensiva, Relaxante e Calmante

# Dicas de Uso

## INSÔNIA E PROBLEMAS PARA DORMIR

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

## ESTRESSE, ANSIEDADE E BRUXISMO

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

## CÓLICA E BEBÊ IRRITADO

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

## PRESSÃO ALTA

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

## PICADA DE INSETO E URTICÁRIA

- Topicamente para acalmar como um antialérgico natural.

## QUEIMADURAS, CORTES, FERIDAS E CICATRIZES

- Topicamente para limpar e tratar.
- Topicamente para evitar e amenizar cicatrizes.

## ALERGIAS E FEBRE DO FENO

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

## HEMORRAGIA NASAL E OLHOS VERMELHOS

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



## Melaleuca

### Melaleuca - Tea Tree

*Melaleuca Alternifolia*

Austrália

A T I - N

Mais comumente conhecido como "Tea Tree", o óleo essencial de Melaleuca tem mais de 92 diferentes compostos e aplicações ilimitadas. As folhas da árvore

Melaleuca foram utilizadas pelos aborígenes da Austrália durante séculos.

Eles esmagavam as folhas e inalava o óleo para promover a sensação de respiração clara e aplicava as folhas diretamente na pele para um efeito de arrefecimento. Ele pode ser usado para limpar e purificar a pele e unhas e para suportar uma aparência saudável.

Internamente, Melaleuca promove a função imunológica saudável. Melaleuca pode ser usado em superfícies de toda a casa para proteger contra ameaças ambientais. Melaleuca é frequentemente usado em irritações cutâneas ocasionais para acalmar a pele. A difusão de Melaleuca vai ajudar a purificar e refrescar o ar.

#### Principais Propriedades

Antisséptico, Antibacteriano, Antifúngico, Parasiticida, Antiviral, Analgésico e Descongestionante.

# Dicas de Uso

## BRONQUITE E RESFRIADO

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

## DOR DE GARGANTA E AMIDALITE

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

## VÍRUS, BACTÉRIA E DIARRÉIA

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

## CANDIDÍASE E PÉ DE ATLETA

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

## CASPA, SARNA E PIOLHO

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

## ACNE E CONJUNTIVITE

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

## CORTES, FERIDAS, CANCROS E AFTA

- Topicamente para limpar e desinfecionar o local.

## INFECÇÕES DE OUVIDO

- Topicamente atrás e ao redor da orelha.



## Oregano

### Orégano

*Origanum Vulgare*

Turquia

A T I - D

Orégano é um dos óleos essenciais mais potentes e poderosos e tem sido usada há séculos em práticas de saúde tradicionais para limpeza e por suas propriedades imunes. Os componentes químicos primários de orégano são carvacol e timol, tanto que possuem propriedades antioxidantes e de limpeza.

Devido ao seu alto teor de fenol, o cuidado deve ser tomado quando inalar ou difusão de orégano; apenas uma ou duas gotas é necessária. Além disso, Orégano deve ser diluído com óleo de coco fracionado quando aplicado à pele.

Uma gota tomado diariamente pode ajudar a manter a função imunológica saudável. Orégano pode ser tomada com mais frequência quando as ameaças sazonais são altas ou conforme necessário para apoiar ainda mais o sistema imunológico.

### Principais Propriedades

Antibacteriano, Antifúngico,  
Anti-parasita, Antiviral e  
Imunoestimlante.

# Dicas de Uso

## GARGANTA INFLAMADA E AMIDALITE

- Gargarejar uma gota com água.

## VERRUGAS, CALOS E AFTAS

- Topicamente diluído junto com Frankincense.

## INFECCÃO POR VIRUS, BACTÉRIAS E PARASITAS

- Internamente com água ou em cápsula.

## PNEUMONIA E TUBERCULOSE

- Topicamente puro ou diluído na sola dos pés.

## INFECCÃO URINÁRIA

- Internamente com água ou em cápsula junto com Lemongrass.

## AUMENTAR A PROGESTERONA

- Internamente com água ou em cápsula.

## PÉ DE ATLETA, MICOSE E CANDIDÍASE

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

## INFECCÃO POR ESTAFILOCOCOS E MRSA

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



## Frankincense

Olíbano

*Boswellia*

Somália

A T I - N

Reconhecido como um dos óleos essenciais mais valiosos e preciosos, o olíbano tem benefícios para a saúde extraordinários. Além de sua notoriedade no Novo Testamento, os babilônios e assírios queimavam olíbano em cerimônias religiosas e os antigos egípcios usavam resina de olíbano para tudo, de perfume até pomadas para a pele. Este conhecimento de séculos de idade contribui para os usos modernos do olíbano hoje. É calmante e suas propriedades de embelezamento são utilizados para rejuvenescer a pele e ajudar a reduzir o aparecimento de imperfeições. Como o rei de óleos, olíbano é conhecido por manter a função celular saudável. Quando inalado ou difuso, olíbano promove sentimentos de paz, relaxamento, satisfação e bem-estar geral.

### Principais Propriedades

Estimulante do Sistema Imunológico, Anticancerígeno, Anti-inflamatório e Antidepressivo.

# Dicas de Uso

## CÂNCER E TUMORES

- Topicamente no local afetado.
- Internamente com um óleo que afete a área em questão.

## CONVULSÕES E TRAUMATISMOS

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

## ALZAIMER DEMÊNCIA E PROBLEMAS CEREBRAIS

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

## DEPRESSÃO, AUTISMO E TDAH

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor.
- Topicamente na nuca e na sola dos pés.
- Internamente pingando uma gota embaixo da língua.

## FERIDAS, ESTRIAS, RUGAS E MANCHAS

- Topicamente na área desejada.

## DOR NO CIÁTICO, NAS COSTAS E NA CABEÇA

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

## SISTEMA IMUNOLÓGICO

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

## REGENERAÇÃO CELULAR

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



## Blend Imunológico

Mix de Óleos Essenciais

Diversos Países

A T I - S

O Blend Protetor fornece uma alternativa natural e eficaz para o suporte imunológico. Contém **Laranja Selvagem, Cravo da Índia, Canela, Eucalipto e Alecrim**. Ele é um dos Blends mais vendidos e protege contra ameaças ambientais e sazonais. Ele é formulado com óleos essenciais conhecidos por seus efeitos positivos sobre o sistema imunológico. Ele pode ser tomado internamente, numa base diária para manter a função imune saudável e suportar a função cardiovascular saudável. Ele também pode ser usado em superfícies em toda a casa como um produto de limpeza não-tóxico. Quando difuso, este Blend ajuda a purificar o ar, e pode ser muito energizante e edificante.

# Dicas de Uso

## GRIPES E RESFRIADOS

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

## FORTALECER O SISTEMA IMUNOLÓGICO

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

## MATAR GERMES E DOENÇAS NO AR

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

## FARINGITE, TOSSE E INFECÇÕES

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

## PROBLEMAS NO TRATO URINÁRIO

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

## AFTAS E SAÚDE BUCAL

- Internamente gargareje uma gota com água.
- Internamente pingue uma gota em pasta de dente natural.

## VERRUGAS E FERIDAS

- Topicamente diluído nas áreas afetadas.

## DOENÇA AUTOIMUNE E FADIGA CRÔNICA

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



## Blend Respiratório

Mix de Óleos Essenciais

Diversos Países

A T - N

O Blend Respiratório é uma notável mistura de óleos essenciais, incluindo **Folha de Louro, Hortelã Pimenta, Eucalipto, Melaleuca, Limão Siciliano, Ravensara e Cardamomo**. Esse poderoso blend respiratório mantém as vias aéreas e respiração fácil, minimizando os efeitos de ameaças sazonais. Ele pode ser aplicado topicamente no peito, costas, na parte inferior dos pés, ou em difusor à noite para acalmar os sentidos e promover um sono repousante.

# Dicas de Uso

## ASMA, BRONQUITE E ALERGIAS

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

## TOSSE E CONGESTÃO

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

## SINUSITE E PÓLIPO NASAL

- Topicamente abaixo do nariz e sobre o nariz.

## RONCO E PROBLEMAS PARA DORMIR

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

## PNEUMONIA

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

## GRIPE E RESFRIADO

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

## RESPIRAÇÃO FRACA

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

## ASMA CAUSADA POR EXERCÍCIOS

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





## Blend Digestivo

Mix de Óleos Essenciais

Diversos Países

A T I - N

O Blend Digestivo é conhecido como mistura "domadora da barriga" devido à sua capacidade em ajudar na digestão, aliviar dores no estômago, e manter a saúde digestiva. Esta mistura única contém **Gengibre, Hortelã-Pimenta, Alcarávia, Anis, Estragão, Erva-Doce, e Coentro** que ajudam na digestão e ajudam a manter um trato gastrointestinal saudável. O Blend Digestivo é uma maneira saudável, natural e suave para aliviar uma dor de estômago ou manter um sistema digestivo saudável além de aliviar gases e inchaços.

# Dicas de Uso

## DIARRÉIA OU CONSTIPAÇÃO

- Internamente com água ou em cápsula.

## COLITE E INTESTINO IRRITADO

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

## DOENÇA DE CHRON E FADIGA CRÔNICA

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

## INCHAÇO, GASES, AZIA, NÁUSEA E INDIGESTÃO

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

## REFLUXO E CÓLICA

- Internamente com água ou em cápsula com Lemon.

## INTOXICAÇÃO ALIMENTAR

- Internamente com água ou em cápsula.

## ENJOO MATINAL E AZIA

- Topicamente no peito, nos pulsos e no abdome.
- Internamente com água ou em cápsula.

## ENJOO POR MOVIMENTO E VIAGEM

- Aromaticamente com as duas mãos ou no difusor.
- Topicamente abaixo do nariz.
- Internamente com água ou em cápsula.



## Blend para Dor

Mix de Óleos Essenciais

Diversos Países

A T - S

Formulado para acalmar e refrescar, o Blend para Dor serve como uma mistura enriquecedora de óleos perfeitos para uma massagem relaxante depois de um longo dia de trabalho ou um treino intenso. **Wintergreen, Cânfora, Hortelã-Pimenta, Ylang Ylang, Helichrysum, Tanásia Azul, Camomila Azul e Osmanthus** trabalham juntos para acalmar e refrescar. Depois de longas horas no computador, experimente esfregar o Blend para Dor em seus dedos, punhos, ombros e pescoço. Algumas gotas de Blend para Dor diluídas em Óleo de Coco Fracionado pode ser parte de uma massagem reconfortante.

# Dicas de Uso

## ARTRITE E ARTROSE

- Topicamente diluído na área afetada.

## TENDINITE E BURSITE

- Topicamente diluído na área afetada.

## NEUROPATIA, FIBROMIALGIA E LUPUS

- Topicamente diluído na área afetada.

## DOR MUSCULAR E NAS JUNTAS

- Topicamente diluído na área afetada.

## PRÉ TREINO E PÓS TREINO

- Topicamente diluído nos músculos trabalhados.

## DOR DE CABEÇA E ENXAQUECA

- Topicamente na testa e nas têmporas.

## DORES DE CRESCIMENTO, CONTUSÕES E LESÕES

- Topicamente diluído na área afetada.

## DOR NO PESCOÇO E SÍNDROME DO CHICOTE

- Topicamente diluído na nuca e nos ombros.