



RECETAS FÁCILES & CONSEJOS

Te enseñamos cómo sacarle todo el partido a tu aceite vegetal combinándolo con aceites esenciales y aguas florales.



ACEITES VEGETALES

Cuidado Natural

- ✓ *100% naturales y ecológicos*
- ✓ *Ricos en ácidos grasos y vitaminas*
- ✓ *Acción antioxidante*
- ✓ *Poder regenerador*



Los aceites vegetales aportan todos los nutrientes que tu piel necesita para lucir sana y bonita... Una alternativa natural perfecta a los productos cosméticos tradicionales repletos de ingredientes sintéticos.

Aprovecha todas sus cualidades beneficiosas para cuidar el cabello, tratar pequeñas afecciones de la piel, en la elaboración de tu propia cosmética casera, o bien aplicado en masaje terapéutico e incluso en la cocina.

Aceite de Aguacate

Qué aporta a tu piel

Normalmente relacionamos el aceite de aguacate al consumo alimentario y a la cocina, ya que es un producto repleto de propiedades nutricionales y fuente de salud. Pero el aceite de aguacate es también un excelente aliado natural para el cuidado de la piel y el cabello, por eso, cada día se utiliza más en la elaboración de cosmética natural.

Hidratación en profundidad

Contiene todos los nutrientes necesarios para lucir un cutis saludable y natural. Recomendado para pieles secas y maduras.

Acción antioxidante

Gracias a su contenido en vitaminas A, D y E, en muy poco tiempo la elasticidad de la piel mejora y las arrugas y líneas de expresión se suavizan.

Poder regenerador

Atenúa cicatrices, marcas y mejora las imperfecciones de la piel. Eficaz en la regeneración de quemaduras, heridas, dermatitis y eczemas



Recetas fáciles y consejos

Aplica una lluvia de hidrolato de rosas sobre el rostro para facilitar la absorción y a continuación tu aceite de aguacate, insistiendo en contorno de ojos, comisuras y cuello. Si quieres, puedes preparar tu propio ACEITE FACIAL para usar preferiblemente por la noche con:

30 ml. de aceite de aguacate
20 ml. de aceite de jojoba
2 ml. de aceite de rosa mosqueta

Para el tratamiento de LESIONES LEVES en la piel como quemaduras, heridas, cicatrices o AFECCIONES como dermatitis, eczemas... diluye 10 gotas de aceite esencial de espliego en 50 ml de aceite de aguacate. Esta combinación ayuda a potenciar el efecto regenerador del aceite de aguacate.

En caso de PIEL AGRIETADA o talones, codos, y rodillas reseca, prueba a mezclar estos ingredientes y aplica cuando lo necesites masajeadando las zonas maltratadas:

50 ml de aceite de aguacate
45 ml de manteca de karité
20 gotas de aceite esencial de espliego

Para el TRATAMIENTO DEL PELO SECO, castigado y con poca vitalidad, aplícalo antes de la ducha con el cabello seco y cúbrelo con una toalla o gorro de ducha. Déjalo actuar unos 30 minutos y lávalo después.

También puedes preparar una MASCARILLA HIDRATANTE para utilizar cuando lo necesites; para ello mezcla:

50 ml aceite de aguacate
45 ml de aceite de coco
5 gotas de aceite esencial de salvia
5 gotas de aceite esencial de romero
5 gotas de aceite esencial de manzanilla

Además...

Para tratar la DERMATITIS EN NIÑOS, combina los siguientes ingredientes y aplica la mezcla en forma de masaje o incorpora 20 ml. en el agua del baño. Utilízala siempre que lo necesites:

45 ml. aceite de aguacate
25 ml. aceite de caléndula
25 ml. aceite de hipérico
5 gotas de aceite esencial de manzanilla

EMBARAZO: En los tres primeros meses, prepara una mezcla con 50 ml. de aceite de aguacate y 45 ml de aceite de almendras y aplícala en la barriga, piernas, brazos y espalda.

A partir del segundo trimestre, puedes añadir a esta mezcla 5 gotas de alguno de estos aceites esenciales: lavanda, geranio, mandarina, limón, menta...No uses salvia hasta el octavo mes.

MASAJE RELAJANTE: Prepara tu aceite para masaje corporal.

70 ml. aceite de aguacate
20 gotas de aceite esencial de lavanda
10 gotas de aceite esencial manzanilla
5 gotas de aceite esencial naranja

BAÑO: En caso de dermatitis, diluye en 100 ml. de leche entera, 25 ml. de aguacate y 15 gotas de aceite esencial de espliego. Vierte la mezcla en el agua, y remueve con las manos para favorecer la dispersión de los aceites.

EN LA COCINA: Puedes utilizarlo crudo, en ensaladas, en licuados, en la elaboración de hummus o cocinar con él, ya que no pierde sus propiedades ni su sabor al exponerse a altas temperaturas.

Aceite de Aguacate

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Albaricoque

Qué aporta a tu piel

El aceite de albaricoque es una buena alternativa si quieres prescindir de los productos cosméticos tradicionales, ya que contiene todos los nutrientes que tu piel necesita; ácidos grasos y vitaminas que proporcionan hidratación y nutrición a tu piel y previenen los signos de la edad. Es muy suave, apenas engrasa, y absorbe con facilidad.

Hidratación en profundidad

Indicado para todo tipo de pieles. Hidrata y nutre las pieles secas y estropeadas y regenera las pieles maduras y sensibles.

Acción calmante

Calma el picor y la irritación en la piel por dermatitis y eczemas.

Antiséptico

Previene la infección en heridas, rasguños y cortes en la piel.

Exfoliante

Limpia y elimina las células muertas de la piel.



Recetas fáciles y consejos

El aceite de albaricoque es excelente para atenuar las marcas de la edad. Aplica sobre el rostro una lluvia de hidrolato de rosas para facilitar la absorción, y a continuación el aceite facial. También puedes preparar tu propio ACEITE FACIAL HIDRATANTE para empezar y acabar el día como sigue:

25 ml. aceite de albaricoque
12 ml. aceite de jojoba
12 ml. de rosa mosqueta
5 gotas de aceite esencial de geranio
5 gotas de aceite esencial de espliego

LOCIÓN CORPORAL HIDRATANTE: Mezcla 50 ml de aceite de albaricoque y 50 ml de aceite de almendras. Aplícalo con la piel húmeda después de la ducha, te ayudará a mantener la piel tersa, suave e hidratada.

MASCARILLA CORPORAL: Prepara una mascarilla de arcilla verde con aceite de albaricoque para usar como exfoliante. Aplica mediante masaje circular empezando por los pies hacia las ingles. Sigue hacia arriba por el abdomen hasta el tórax y en los brazos desde las muñecas hasta las axilas. Esto ayudará a eliminar toxinas y a mejorar tu circulación.

TRATAMIENTO DE HERIDAS Y HEMATOMAS: Mezcla 50 ml de aceite de albaricoque con 15 gotas de aceite esencial de romero y 10 gotas de espliego y aplica sobre la zona dañada.

LOCIÓN PARA CABELLOS SECOS Y CASTIGADOS: Prepara tu loción, masajea el cuero cabelludo y llévala hasta las puntas. Déjala actuar 30 minutos y aclara con agua abundante

50 ml. aceite de albaricoque
25 ml. aceite de aguacate
25 ml. aceite de coco
1 ml. en total de aceites esenciales de salvia, romero, manzanilla o espliego.

Además...

Para el tratamiento de DERMATITIS EN NIÑOS, combina una parte de aceite de albaricoque con una parte de aceite de caléndula.

EMBARAZO: Prepara una loción de masaje para todo el embarazo que lleve:

50 ml. aceite de albaricoque
25 ml. aceite de sésamo
25 ml. aceite de aguacate

A partir del tercer mes puedes añadir aceites esenciales como lavanda, romero, ciprés, geranio, etc. Añade a la combinación anterior de aceites vegetales un total de 20 gotas de aceite esencial. Evita el aceite de salvia hasta el octavo mes.

MASAJE TONIFICANTE: Prepara una mezcla para tonificar músculos y evitar contracturas:

50 ml. de aceite de albaricoque
10 gotas de aceite esencial de romero
10 gotas de aceite esencial de enebro
5 gotas aceite esencial de limón

BAÑO: Para aliviar el cansancio y las piernas hinchadas, vierte en el agua del baño una cuchara sopera (25 ml) de aceite de albaricoque.

También puedes preparar un baño aromático con:

25 ml. de albaricoque
5 gotas de aceite esencial de ciprés
5 gotas de aceite esencial de romero
5 gotas de aceite esencial de enebro

EN LA COCINA: El aceite de albaricoque es ideal para elaborar dulces como el mazapán.

Aceite de Albaricoque

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



www.labiatae.com

Aceite de Almendras

Qué aporta a tu piel

El aceite de almendras se caracteriza por su alto contenido en ácidos grasos y vitaminas y por su capacidad de hidratación sobre todo tipo de pieles, en especial las más delicadas y problemáticas. Además, es un gran aliado en el cuidado del cabello, y gracias a sus propiedades y facilidad de absorción es muy apropiado para la aplicación en masaje terapéutico.

Hidratación en profundidad

Ayuda a suavizar la piel gracias a sus propiedades hidratantes, nutritivas y protectoras.

Acción calmante

Alivia el picor y calma la irritación de la piel delicada.

Antiinflamatorio

Reduce la inflamación de las zonas dañadas.

Poder regenerador

Evita la aparición de marcas y estrías en la piel. Es eficaz para el tratamiento de eccemas, psoriasis...



Recetas fáciles y consejos

Puedes usarlo solo, o potenciar sus propiedades hidratantes combinando 2 partes de aceite de almendras, 1/2 parte de rosa mosqueta y 1 de jojoba.

Aplica un hidrolato sobre el rostro y cuello para facilitar la absorción y a continuación, tu aceite facial (por la mañana o noche) mediante un suave masaje.

LOCIÓN CORPORAL HIDRATANTE: Prepara tu aceite hidratante y aplícalo después de la ducha con la piel húmeda mediante masaje circular por todo el cuerpo.

50 ml. de aceite de almendras
20 ml. de aceite de aguacate
10 gotas de aceite esencial de espliego
10 gotas de aceite esencial de menta
10 gotas de aceite esencial de geranio

TRATAMIENTO DE ECCEMAS Y PSORIASIS: Mezcla 50 ml. de aceite de almendras con 15 gotas de aceite esencial de espliego y 10 gotas de manzanilla y aplica sobre la zona dañada

CUIDADO DE CABELLOS SECOS Y CASTIGADOS: Para mantener tu cabello sano y evitar las puntas abiertas, aplica con tus manos un par de cucharadas de aceite de almendras en el cuero cabelludo. Masajea y ve hacia las puntas. Después de unos minutos aclara con abundante agua. Repite al menos dos veces por semana. También puedes preparar una mascarilla con:

50 ml. de aceite de almendras
20 ml. de aceite de aguacate
5 gotas de aceite esencial de salvia, 5 gotas de romero y 4 gotas de manzanilla

Además...

PARA HIDRATAR LA PIEL DEL BEBÉ, aplica aceite de almendras después del baño. Puedes usarlo tantas veces como sea necesario para calmar la irritación del pañal.

Para potenciar su efecto calmante prepara una mezcla con:

25 ml. de aceite de almendras
10 ml. de aceite de albaricoque
2 gotas de aceite esencial de espliego

EMBARAZO: El aceite de almendra favorece la elasticidad de la piel y evita la aparición de estrías durante el embarazo. También puedes elaborar tu aceite para masaje perineal con:

25 ml. aceite de almendras
10 ml. aceite de rosa mosqueta
1 gota de aceite esencial de manzanilla, 1 de espliego y 1 gota de romero.

MEZCLA TONIFICANTE: Prepara tu aceite tonificante para evitar las agujetas antes de hacer ejercicio con:

50 ml. aceite de almendras
10 ml. de aceite de albaricoque
10 ml. de aceite de aguacate
20 gotas de ravintsara
12 gotas de albahaca
10 gotas de romero

BAÑO: Para mantener la piel tersa y suave añade 25 ml. de aceite de almendras al agua de la bañera y remueve bien.

Para relajarte al final del día, puedes mezclar 25 ml. de aceite de almendras con 5 gotas de aceite esencial de mandarina y 5 gotas de espliego. Añade al agua sin dejar de remover.

COCINA: Se utiliza principalmente para ensaladas y también para postres, debido a su sabor dulce de almendras.

Aceite de Almendras

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Argán

Qué aporta a tu piel

El aceite de Argán protege de las inclemencias del medio y ayuda a prevenir el envejecimiento de las pieles más secas y maduras. Además, es excelente para el tratamiento del cabello seco y estropeado. Puedes incorporarlo a tu crema corporal o bien mezclar con otros ingredientes para elaborar tu propia cosmética casera.

Hidratación en profundidad

Gracias a su alto contenido en ácidos grasos y vitaminas, nutre la piel, mejora su aspecto y suaviza las arrugas y líneas de expresión.

Acción calmante

Alivia el picor y la irritación de la piel. Calma la piel reseca o descamada afectada por eczemas.

Poder regenerador

Evita la aparición de marcas y estrías en la piel durante el embarazo.

Acción antiinflamatoria

En masaje terapéutico, actúa como antiinflamatorio en el tratamiento de contracturas y esquinces.



Recetas fáciles y consejos

Puedes utilizarlo solo o elaborar tu ACEITE FACIAL HIDRATANTE como te mostramos. Aplicalo por la noche o por la mañana después del tónico.

25 ml. de aceite de argán
10 ml. de jojoba
5 ml. de rosa mosqueta

LOCIÓN CORPORAL HIDRATANTE: Para pieles castigadas por el sol o con tendencia a deshidratarse, prepara una loción que puedes aplicar después de la ducha con la piel húmeda:

50 ml. aceite de argán
20 ml. aceite de avellana
20 ml. aceite aguacate
25 gotas de aceite esencial de lavanda
25 gotas de aceite esencial de geranio
4 gotas de aceite esencial de menta

LOCIÓN CORPORAL PARA ALIVIAR EL PICOR, ECCEMAS...

50 ml. aceite de argán
20 ml. aceite de caléndula
20 ml. aceite de hipérico
20 gotas aceite esencial espliego
12 gotas aceite esencial geranio
10 gotas aceite esencial árbol té

CUIDADO DEL CABELLO: Aplica desde las raíces hasta las puntas aceite de argán puro y deja una media hora. A continuación lávalo con abundante agua.

También puedes añadir a 250 ml. de champú 15 ml. de argán y conseguirás mantener el cuero cabelludo sin caspa.

Además...

Para el tratamiento de DERMATITIS DEL PAÑAL, añade al baño de tu bebé una cucharada de aceite de argán y otra de caléndula con una gotita de aceite esencial de manzanilla. Ideal cuando hay sarpullido del pañal o alergia con dermatitis.

EMBARAZO: Puedes utilizar el aceite de argán solo sin añadir aceites esenciales en el primer trimestre de embarazo para dar elasticidad a la piel y prevenir las estrías.

A partir del segundo trimestre puedes preparar una LOCIÓN ANTIESTRÍAS para el segundo y último trimestre.

50 ml. aceite de argán
4 gotas de aceite esencial de limón
4 gotas de aceite esencial de lavanda
2 gota de aceite esencial de geranio

MASAJE CALMANTE: Prepara un aceite de masaje calmante para aliviar el dolor muscular, articular e incluso las cefaleas:

50 ml. de aceite de argán
30 ml. de aceite de sésamo
20 gotas de aceite esencial de romero
10 gotas de aceite esencial de ciprés
10 gotas de aceite esencial de lavanda

BAÑO: Prepara un baño que te ayude a combatir el dolor muscular y la fatiga. Para ello añade a 25 ml. de aceite de argán 10 gotas de aceite esencial de romero. Ideal para empezar el día.

COCINA: Se utiliza para aliñar ensaladas, verduras y cuscús.

Aceite de Argán

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Avellana

Qué aporta a tu piel

El aceite de avellana se caracteriza por tener un alto contenido en ácidos grasos y vitaminas A y E. Tiene una gran capacidad de hidratación y poder antioxidante y regenerador, además mantiene y regula el equilibrio de la piel. Gracias a sus propiedades y facilidad de absorción es muy apropiado para la aplicación en masaje terapéutico.

Acción antioxidante

Aporta elasticidad al rostro, combate la flacidez y previene los signos del envejecimiento.

Efecto astringente

Regula la producción de sebo en pieles grasas con tendencia al acné.

Poder regenerador

Evita la aparición de marcas y estrías en la piel, y atenúa las existentes.

Calmante

Alivia el escozor y la irritación asociada a picaduras, golpes y heridas.



Recetas fáciles y consejos

Aplicalo por la mañana, después de limpiar y tonificar el rostro con un hidrolato, y antes de dormir.

Para potenciar sus propiedades hidratantes prepara tu ACEITE FACIAL combinando 2 partes de avellana, 1/2 parte de rosa mosqueta y 1 de jojoba. Aplica antes una lluvia de hidrolato de lavanda sobre el rostro para favorecer su absorción.

EN CASO DE ACNÉ, añade a 25 ml de aceite de avellanas 2 gotas de aceite esencial de árbol de té. Rocía el cutis con hidrolato de salvia y a continuación aplica la mezcla. Conseguirás aliviar la congestión de la piel grasa con tendencia a granitos.

LOCIÓN CORPORAL HIDRATANTE: Prepara una loción que te ayude a mantener la piel hidratada, tersa y nutrida con 50 ml aceite de avellana, 10 gotas de aceite esencial de lavanda, 10 gotas de romero, y 10 gotas de enebros.

El aceite de avellanas es excelente como AFTERSUN después de un día de exposición al sol.

Prepara una MASCARILLA CAPILAR mezclando:

25 ml. de aceite de avellana
15 ml. de aceite de aguacate
15 ml. de aceite de coco
5 gotas de aceite esencial de romero
3 gotas de aceite esencial de salvia
2 gotas de aceite esencial de manzanilla

Masajea el cuero cabelludo y llévala hasta las puntas. Déjala actuar 30 minutos y aclara con agua abundante.

Además...

NIÑOS: Para aliviar el hipo asociado al cólico del lactante, puedes preparar una mezcla con 10 ml. de aceite de avellana y 1 gota de aceite esencial de manzanilla. Da un masaje sobre el abdomen.

En caso de BRONQUITIS y TOS en niños, podemos mezclar 10 ml. de aceite de avellana con 1 gota de aceite esencial de ravintsara y aplicar en masaje podal o sobre el pecho y la parte alta de la espalda.

EMBARAZO: Puedes utilizar el aceite de avellana en el primer trimestre de embarazo para dar elasticidad a la piel y prevenir las estrías.

A partir del segundo trimestre puedes preparar tu ACEITE HIDRANTE para el segundo y último trimestre con:

50 ml. de aceite de avellana
4 gotas de aceite esencial de limón
4 gotas de aceite esencial de lavanda
2 gotas de aceite esencial de geranio

MASAJE RELAJANTE: Prepara tu aceite para masaje con:

50 ml. de aceite de avellana
30 ml. de aceite de sésamo
20 gotas de aceite esencial de naranja
10 gotas de aceite esencial de ylang ylang
10 gotas de aceite esencial de lavanda

BAÑO: Es muy aconsejable disfrutar de un baño relajante para acabar el día. Para ello prepara un baño y añade 25 ml. de aceite de avellana al agua.

EN LA COCINA: Es muy popular entre los chefs debido a su fino sabor a nuez. Ideal para enriquecer ensaladas, vegetales, salsas, pasteles, bizcochos, galletas...

Aceite de Avellana

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Caléndula

Qué aporta a tu piel

El aceite de caléndula está indicado especialmente para el cuidado de las pieles más frágiles y sensibles. Gracias a su acción calmante, ayuda a aliviar el picor, la irritación y la inflamación de la piel; y si tienes niños en casa, este aceite te vendrá muy bien para calmar la irritación causada por el pañal.

Hidratación

Alivia e hidrata la piel irritada. Ideal para usar después de la depilación.

Acción calmante

Especialmente Indicado para tratar dermatitis en bebés y niños.

Acción antiinflamatoria

Activa la circulación de la piel y actúa como antiinflamatorio.



Recetas fáciles y consejos

HIDRATANTE FACIAL: Utilízalo solo o combina 2 partes de aceite de caléndula, 1/2 parte de rosa mosqueta, 1 parte de jojoba. Aplica antes un hidrolato (rosas, lavanda....) para facilitar la absorción y tonificar la piel

Puedes utilizar esta combinación como **DESMAQUILLANTE**. Añade esta mezcla a un aro de algodón y úsalo para quitar el maquillaje, incluso el de los ojos.

Para aprovechar las propiedades antiinflamatorias y regeneradoras del aceite de caléndula, prepara una **LOCIÓN CORPORAL** con:

50 ml. de aceite de caléndula
30 ml. de aceite de almendras
30 ml. aceite de avellanas
20 gotas de aceite esencial de espliego
20 gotas de aceite esencial de ylang
10 gotas de aceite esencial de mandarina

Aplicala sobre la zona afectada tantas veces como necesites.

CUIDADO DEL CABELLO: Para beneficiarte del aceite de caléndula en aplicación capilar, añade 25 ml. de aceite de caléndula a 250 ml. de tu champú habitual.

También puedes aplicarlo como **MASCARILLA** dando un masaje en el cuero cabelludo y yendo hasta las puntas. Deja actuar media hora y luego enjuaga con abundante agua.

facial

corporal

cabello

Además...

Para el tratamiento de DERMATITIS EN NIÑOS, aplica directamente sobre la piel del bebé siempre que lo necesite.

También puedes añadir 25 ml de aceite de caléndula en el agua del baño.

EMBARAZO: Prepara una loción de masaje como te mostramos para aliviar los tobillos hinchados al final del día :

50 ml. de aceite de caléndula
30 ml. de aceite de almendras
15 gotas de aceite de lavanda

Aplica esta loción desde tobillos hacia ingles. Permanece después con los pies en alto.

MASAJE: El aceite de caléndula se puede aplicar solo o combinado con otros aceites vegetales como el de hipérico y almendras.

Para potenciar su efecto antiinflamatorio puedes añadir a 50 ml. de aceite de caléndula 30 gotas de aceite esencial de espliego.

BAÑO: Prepara un baño relajante y reparador mezclando los aceites vegetales y a continuación añade los aceites esenciales. Vierte la mezcla en el agua.

25 ml. de aceite de caléndula
12 ml. de aceite almendras
4 gotas de aceite esencial de lavanda
4 gotas de aceite esencial de geranio

Aceite de Caléndula

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Coco

Qué aporta a tu piel

El aceite de coco es muy conocido por sus propiedades nutricionales, pero también por sus cualidades cosméticas para la elaboración de aceites y lociones para la piel y el cabello. Aunque este aceite está indicado para todo tipo de pieles, incluso las más sensibles es, sobre todo, muy recomendable para el tratamiento de las pieles con tendencia a acné.

Hidratación en profundidad

Indicado para el cuidado de todo tipo de pieles.

Poder antioxidante

Gracias a su alto contenido en ácidos grasos y vitaminas previene los signos del envejecimiento. Ideal para contorno de ojos, comisuras y cuello.

Acción bactericida

Ayuda en el tratamiento de pieles con acné y en el tratamiento de hongos, bacterias y virus patógenos.

Acción calmante

Alivia y refresca la piel. Es ideal para el tratamiento de quemaduras solares y piel irritada y enrojecida.



Recetas fáciles y consejos

Prepara un SÉRUM FACIAL HIDRATANTE perfecto para utilizar de día o de noche. Aplica antes un hidrolato de rosas o lavanda y a continuación el aceite facial, se absorberá más fácilmente y el resultado será aún mejor.

25 ml. de aceite de coco
25 ml. de aceite jojoba
5 ml. de aceite de rosa mosqueta
5 gotas de aceite esencial de geranio

Para controlar los GRANITOS de la cara, añade a 25 ml de aceite de coco 1 gota de aceite esencial de árbol de té y 1 gota de espliego, así potenciarás su efecto bactericida.

LOCIÓN CORPORAL: Utiliza el aceite de coco como loción después de la ducha con la piel húmeda y retira el exceso.

O bien, prepara una mezcla con 1 parte de aceite de coco y 2 partes de avellana y aplica en las zonas más secas como talones, codos, rodillas...

Para tratar el PIE DE ATLETA añade a 25 ml. de aceite de coco 5 gotas de aceite esencial de árbol de té y aplica entre los dedos de los pies.

MASCARILLA CAPILAR: Prepara una mascarilla con 3 partes de coco, 1 parte de aguacate y aplícala desde las raíces hasta las puntas con el cabello seco. Deja actuar unas 3 horas y enjuaga con abundante agua.

Puedes utilizarla tantas veces como quieras. Si lo haces 1 vez al mes es suficiente para notar tu cabello más suave y vigoroso.

Además...

NIÑOS: Para prevenir la aparición de piojos o combatirlos en caso necesario, prepara la siguiente mezcla, aplícala y déjala al menos durante 2 horas, luego enjuaga con agua abundante:

25 ml. de aceite de coco
1 gota de aceite esencial de árbol de té, 1 gota de eucalipto y 1 gota de salvia.

EMBARAZO: Prepara tu aceite y aplícalo a partir del tercer mes en espalda, barriga y pies; conseguirás mantener la piel suave y nutrida. Además, te ayudará a aliviar la retención de líquidos:

50 ml. de aceite de coco
10 gotas de aceite esencial de geranio
4 gotas de aceite esencial ciprés

MASAJE: Prepara una mezcla con 25 ml. de aceite de coco y 10 gotas de aceite esencial de árbol de té y aplícalo en masaje podal para evitar hongos en los pies y fortalecer las uñas.

También puedes preparar tu ACEITE RELAJANTE CORPORAL. Para ello mezcla:

50 ml. de aceite de coco
10 gotas de aceite esencial de mandarina, 10 gotas de lavanda y 10 gotas de ylang ylang.

BAÑO: para aliviar la piel sobreexpuesta al sol, prepara un baño y añade 25 ml de coco al agua y 10 gotas de aceite esencial de manzanilla.

EN LA COCINA: Puedes usar el aceite de coco para freír, ya que tolera muy bien las altas temperaturas sin alterarse. Utilízalo también en la elaboración de pasteles. Es el sustituto perfecto de la mantequilla.

Untado en las tostadas por la mañana te ayudará a empezar el día con energía.

Aceite de Coco

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



www.labiatae.com

Aceite de Germen de trigo

Qué aporta a tu piel

El aceite de Germen de trigo es un ingrediente perfecto para elaborar tus propios cosméticos naturales o para incorporar a tu crema de cara. La composición especial de ácidos grasos previene el envejecimiento prematuro, fortalece la piel, e hidrata las pieles muy secas y zonas especialmente reseca como codos y pies. En cuidado capilar, ayuda a prevenir la caída del cabello y permite que luzca brillante y saludable.

Hidratación en profundidad

Indicado para el cuidado de las pieles maduras y estropeadas.

Acción antioxidante

Previene los signos de la edad y alisa arrugas y líneas de expresión. Es muy apropiado para el contorno de ojos.

Poder regenerador

Atenúa estrías y cicatrices. Indicado en el tratamiento de la psoriasis, eczemas, y para aliviar quemaduras provocadas por la exposición prolongada al sol.

Acción antiinflamatoria

Alivia contracturas y dolor muscular en general.



Recetas fáciles y consejos

Añade a 50 ml. de tu crema facial 5 ó 6 ml. de aceite de germen de trigo y remueve bien.

Prepara tu aceite para el CONTORNO DE OJOS con:

10 ml. de aceite de germen de trigo
5 ml. de aceite de rosa mosqueta
5 ml. de aceite de jojoba
2 gotas de aceite esencial de geranio

Aplica dando un masaje suave haciendo círculos alrededor de los ojos. Puedes hacerlo por la mañana o antes de ir a la cama.

Para el tratamiento de PSORIASIS, QUEMADURAS Y ECZEMAS prepara una mezcla con:

50 ml. de aceite de hipérico
20 ml. de aceite de germen de trigo
2 ml. de aceite esencial de espliego

Aplica cuando haya un brote tantas veces como lo necesites. Cuando desaparezcan los síntomas, mantén la aplicación al menos 1 semana.

CUIDADO DEL CABELLO: Si quieres evitar la caída del pelo o que crezca con más vigor, aplica aceite de germen de trigo en forma de masaje en el cuero cabelludo, deja actuar unos minutos y lávalo después.

En caso de cabello quebradizo, añade una cucharadita al champú en el momento de lavarte la cabeza.

Además...

Para tratar el sarpullido EN BEBÉS Y NIÑOS añade unas gotitas de aceite de germen de trigo en el baño y aplícalo también después con la piel húmeda sobre la zona afectada.

EMBARAZO: Prepara una mezcla para prevenir la aparición de estrías con:

50 ml. de aceite de almendras
20 ml. de aceite de germen de trigo
20 ml. de rosa mosqueta

Puedes usarlo desde el primer mes de embarazo.

A partir del tercer mes añade a la mezcla 3 gotas de aceite esencial de espliego, 3 gotas de naranja y 3 gotas de ylang ylang.

MASAJE TONIFICANTE: Prepara una loción para evitar las agujetas con:

25 ml. aceite de almendras
25 ml. de aceite de germen de trigo
10 ml. de aceite de hipérico
16 gotas de aceite esencial de romero
10 gotas de aceite esencial de ravintsara
10 gotas de aceite esencial de limón

BAÑO: Prepara un baño y añade 25 ml de germen de trigo al agua. Muy aconsejable para pieles deshidratadas.

EN LA COCINA: Es ideal para platos fríos. Además da color y sabor a las mezclas de aceites comestibles. Debido a su olor intenso, suele mezclarse con otros aceites vegetales.

Aceite de Germen de trigo

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Hipérico

Qué aporta a tu piel

El aceite de Hipérico es el producto estrella en el botiquín de una casa donde haya pequeños para evitar moratones por golpes y tratar heridas y quemaduras. También recomendamos su uso en caso de embarazo, sobre todo después del parto, para evitar la infección de los puntos de la episiotomía, aliviar las hemorroides en caso de que se presenten, y también para ayudar a recuperar la tersura de la piel del vientre.

Hidratación profunda

Hidrata, nutre y evita la aparición de arrugas. Atenúa las marcas en la piel y cicatrices del acné.

Acción calmante

Alivia el dolor provocado por golpes y reduce las secuelas.

Antiséptico

Indicado para el tratamiento de quemaduras, heridas, llagas, rozaduras, dermatitis, eccemas..

Antiinflamatorio

Reduce la inflamación. Activa la circulación y calma el dolor de cabeza, la jaqueca, o las migrañas



Recetas fáciles y consejos

Si decides utilizar el aceite de hipérico como hidratante facial, es buena idea mezclarlo con otros aceites vegetales. Puedes elaborar un SUERO que lleve:

25 ml. aceite de hipérico
5 ml. de aceite de rosa mosqueta
5 ml. de aceite de germen de trigo
3 gotas de aceite esencial de geranio

Aplicarlo por la noche. Ideal para mantener tu rostro hidratado, atenuar arruguitas y corregir cicatrices y marcas de acné.

En caso de PEQUEÑAS LESIONES en la piel como heridas, quemaduras y también eczemas, mezcla 25 ml. de aceite de hipérico y 15 gotas de aceite esencial de espliego.

Para calmar el DOLOR POR CONTUSIONES, aplícalo en la zona dolorida. Para incrementar el efecto puedes preparar una mezcla con 25 ml. de aceite de hipérico, 5 gotas de aceite esencial de romero, 5 gotas de eucalipto y 5 gotas de enebro.

Para el DOLOR DE CABEZA prepara un roll-on que lleve 12 ml. de aceite de hipérico, 1 gota de menta y 1 gota de manzanilla. Aplícalo en las sienes y en la nuca.

MASCARILLA CAPILAR: Prepara una mascarilla para aliviar la sequedad del cuero cabelludo con:

50 ml. de aceite de hipérico
5 gotas aceite esencial de romero, 5 gotas de salvia y
5 gotas de manzanilla

Aplica con el cabello seco dando masajeando el cuero cabelludo hasta las puntas. Deja actuar una media hora y enjuaga con abundante agua.

Además...

NIÑOS: En caso de golpe o contusión, añade a 25 ml. de aceite de hipérico 5 gotas de aceite esencial romero. Aplica en la zona afectada.

Para las QUEMADURAS domésticas, mezcla 5 gotas de aceite esencial de lavanda con 25 ml de aceite de hipérico. Después de poner la zona afectada bajo el grifo con agua fría, aplica la mezcla. Evitarás la infección y la aparición de ampollas.

EMBARAZO: Si aparece problema de hemorroides tras el parto, prepara una mezcla y aplícala de forma externa una vez al día:

50 ml. de aceite de hipérico
5 gotas aceite esencial de manzanilla
2 gotas de aceite esencial de ciprés
3 gotas de aceite esencial de palmarosa

MASAJE: Para ayudar a aliviar las varices y la retención de líquidos, prepara una mezcla con:

50 ml. de aceite de hipérico
5 gotas de aceite esencial de romero
5 gotas de aceite esencial de ciprés
2 gotas de aceite esencial de hinojo

Aplícala desde los tobillos hacia la ingle.

BAÑO: Prepara un baño y añade 25 ml. de aceite de hipérico al agua, te ayudara a calmar la dermatitis.

Aceite de Hipérico

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Jojoba

Qué aporta a tu piel

El aceite de Jojoba es el ingrediente por excelencia para la elaboración de cosméticos de aplicación facial. Se integra a la perfección con la piel, generando una barrera protectora ante los agentes externos y controlando la pérdida de la humedad.

También es muy recomendable para el cuidado del cabello, ya que regula la producción de sebo del cuero cabelludo y estimula la circulación favoreciendo el crecimiento del pelo.

Hidratación y nutrición

El aceite de jojoba se absorbe con facilidad a través de los poros de la piel y no deja residuos grasos, por eso, puede aplicarse en todo tipo de pieles.

Poder antioxidante

Gracias a su contenido en ácidos monoinsaturados, ayuda a prevenir las arrugas y atenúa las existentes.

Antiséptico

Previene la infección en heridas, rasguños y cortes en la piel. Indicado para el tratamiento de dermatitis, eczemas y psoriasis.



Recetas fáciles y consejos

Utilízalo después de limpiar el rostro y aplicar un hidrolato (rosas, lavanda...) para acelerar la absorción. Aplícalo por la mañana o por la noche.

También puedes preparar tu ACEITE FACIAL HIDRATANTE con:

25 ml. aceite de jojoba
10 ml. aceite de rosa mosqueta
7 gotas de aceite esencial de geranio

LOCIÓN CORPORAL HIDRATANTE. Cuida diariamente tu piel usando una loción hidratante después de la ducha:

25 ml. aceite de jojoba
15 ml. aceite de almendras
15 ml. aceite de sésamo
10 gotas de aceite esencial de menta
10 gotas de aceite esencial de geranio
10 gotas de aceite esencial de lavanda

COMO ANTISÉPTICO Y TRATAMIENTO DE ECCEMAS mezcla:

25 ml. de aceite de jojoba
10 gotas de aceite esencial de tomillo
5 gotas de aceite esencial de orégano

CUIDADO CAPILAR: Puedes aplicar directamente el aceite de jojoba sobre el cuero cabelludo en forma de masaje y lavarlo después.

O bien, puedes añadirlo a tu champú o acondicionador. Para 250 ml. de champú añade 15 ml. de aceite de jojoba.

Además...

NIÑOS: El aceite de jojoba junto con el aceite de caléndula resulta ideal para curar la dermatitis atópica. Aplícalo sobre la piel del bebé siempre que lo necesite y después del baño.

Para tratar el **ACNÉ JUVENIL**, puedes preparar un roll-on que lleve 10 ml aceite de jojoba, y 2 gotas de aceite esencial de árbol de té.

EMBARAZO: Prepara una mezcla para acabar el día que ayude a descansar los tobillos hinchados y a conciliar el sueño. Para ello añade a 25 ml. aceite de jojoba 5 gotas de aceite esencial de geranio.

MASAJE TONIFICANTE: El aceite de jojoba se puede aplicar solo o combinado con otros aceites vegetales como el aceite de germen de trigo y almendras. Un ejemplo para masaje tonificante:

25 ml. aceite de almendras
15 ml. aceite de jojoba
10 gotas de romero
10 gotas de enebro
5 gotas de limón

BAÑO: Prepara un baño para calmar la piel después de un día en la playa o la piscina:

25 ml. aceite de jojoba
15 ml. de aceite de sésamo
5 gotas de aceite esencial de lavanda
5 gotas de aceite esencial de manzanilla

Añade esta mezcla al agua del baño y no dejes de remover para ayudar a dispersar los aceites.

Aceite de Jojoba

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



www.labiatae.com

Aceite de Onagra

Qué aporta a tu piel

El aceite de Onagra mantiene la humedad natural de la piel, aporta firmeza y elasticidad y ayuda a combatir la flacidez. Además, funciona como regulador hormonal; ayuda a aliviar los síntomas asociados al síndrome premenstrual y a las reglas dolorosas. También en la menopausia.

Hidratación en profundidad

Hidrata y nutre el cutis sensible y seco.

Acción antioxidante

Previene el envejecimiento prematuro, atenúa las arrugas y previene su aparición.

Antiinflamatorio

Reduce la hinchazón y alivia el dolor muscular.



Recetas fáciles y consejos

Aplicalo por la mañana después de limpiar el rostro con un suave masaje y antes de dormir. Rocía el rostro previamente con un hidrolato de rosas para facilitar la absorción.

Si quieres potenciar sus propiedades, combínalo con 2 partes de aceite de onagra, 1/2 parte de germen de trigo y 1 de jojoba. Para favorecer su absorción te recomendamos aplicar antes una lluvia de hidrolato de rosas sobre el rostro.

Puedes añadir a tu crema de día o de noche unas gotas de aceite de onagra para ayudar a mantener tu piel tersa y suave.

LOCIÓN HIDRANTANTE CORPORAL: Prepara una loción que te ayude a mantener la piel hidratada, tersa y nutrida:

50 ml. aceite de onagra
10 gotas de aceite esencial de lavanda
10 gotas de aceite esencial de romero
10 gotas de aceite esencial de enebro

MASCARILLA CAPILAR HIDRATANTE:

25 ml. de aceite de onagra
15 ml. de aceite de aguacate
15 ml. de aceite de coco
5 gotas de aceite esencial de romero
3 gotas de aceite esencial de salvia
2 gotas de aceite esencial de manzanilla

Aplica desde las raíces hasta las puntas y deja una media hora. A continuación lava con abundante agua.

Además...

NIÑOS: En caso de acné prepara una mezcla con 10 ml. de aceite de onagra y 1 gota de aceite esencial de árbol de té. Aplica esta mezcla después de rociar el cutis con hidrolato de salvia; conseguirás aliviar la congestión de la piel grasa con tendencia a granitos.

EMBARAZO: Puedes utilizar el aceite de onagra en forma de masaje antes del embarazo para regular el ciclo menstrual. Cuando ya estés embarazada utiliza mejor otros como el aceite de avellana, almendras o sésamo.

MASAJE MUSCULAR: Prepara una mezcla para aliviar el dolor muscular cuando lo necesites:

50 ml. de aceite de onagra
10 gotas de aceite esencial de romero
10 gotas de aceite esencial de eucalipto
4 gotas de aceite esencial de clavo

Para aliviar el BOCHORNO asociado a la menopausia prepara una mezcla con:

50 ml. de aceite de onagra
10 gotas de aceite esencial de menta
10 gotas de aceite esencial de salvia
4 gotas de aceite esencial de geranio

Aplica esta mezcla en forma de masaje en el vientre y la zona lumbar. También en reflexología podal

BAÑO: Si quieres disfrutar de un baño relajante para acabar el día añade al agua 25 ml. de aceite de onagra y remueve bien.

Aceite de Onagra

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Ricino

Qué te aporta

El aceite de Ricino suele utilizarse en la elaboración de cremas de cuerpo y manos, lociones, jabones, y geles debido a su viscosidad. También es conocido por favorecer la aparición y crecimiento de las pestañas y cejas. Aplicado en masaje, ayuda a aliviar molestias musculares y óseas gracias a su alto contenido en ácido ricinoléico.

Hidratación en profundidad

Suaviza, hidrata y protege la piel de los agentes externos gracias a su efecto emoliente.

Acción antiinflamatoria

Las propiedades antiinflamatorias y analgésicas del aceite de ricino resultan muy apropiadas para aplicar en masaje durante el embarazo, y así, aliviar dolor de espalda, cintura y piernas.

Acción calmante

Ideal para masaje por su acción calmante. Indicado en caso de artritis, esguinces, contracturas y dolor muscular general.



Recetas fáciles y consejos

Para reducir las ojeras añade a 20 ml. de ricino 2 gota de aceite esencial menta y aplica con los ojos cerrados un suave masaje con cuidado de no acercarnos al párpado superior.

Aplica el aceite de ricino con una brochita de rimel sobre las pestañas. Esto te ayudará a lucir unas pestañas densas y saludables.

LOCIÓN CORPORAL HIDRANTANTE: Te animamos a preparar una loción hidratante para mantener la piel tersa, suave e hidratada.

75 ml. de aceite de ricino
25 ml. aceite de sésamo
20 gotas de aceite esencial de geranio
20 gotas de aceite esencial de lavanda
20 gotas de aceite esencial de menta

Es buena idea calentar un poco el aceite de ricino antes de mezclarlo con el aceite de sésamo ya que su alta viscosidad puede dificultar la mezcla. Será más fácil de manejar.

MASCARILLA PARA CABELLOS SECOS Y CASTIGADOS:

50 ml. aceite de ricino
25 ml. aceite de aguacate
25 ml. aceite de coco
1 ml de aceite esencial: salvia, romero, manzanilla o espliego

Aplica la mezcla con el cabello seco, masajea el cuero cabelludo y llévala hasta las puntas. Déjalo actuar al menos 30 minutos y luego lava y enjuaga con abundante agua.

Además...

NIÑOS: Para aliviar el cólico del lactante y mantener su piel hidratada y suave, mezcla 15 ml de aceite de ricino, 15 ml de aceite de caléndula y 1 gota de aceite esencial de manzanilla. Aplícalo en el vientre, la espalda y los pies. También puedes añadir la mezcla al agua del baño.

EMBARAZO: Prepara una loción de masaje para todo el embarazo que lleve:

50 ml aceite de ricino
25 ml aceite de sésamo
25 ml aceite de aguacate

A partir del tercer mes puedes añadir aceites esenciales como lavanda, romero, ciprés, geranio...

MASAJE CALMANTE: Para el tratamiento de artritis, contracturas e incluso hematomas, prepara tu aceite de masaje y aplica sobre la zona dolorida siempre que lo necesites:

50 ml. de aceite de ricino
20 gotas de aceite esencial de romero
10 gotas de espliego.

BAÑO: Añade al agua del baño 25 ml. de aceite de ricino mezclado con 25 ml. de aceite de coco para aliviar el cansancio y las piernas hinchadas.

Para aliviar el dolor muscular y óseo, vierte la siguiente mezcla al agua del baño sin dejar de remover.

12 ml. de aceite de ricino
13 ml. de aceite de almendras
5 gotas de aceite esencial de tomillo
5 gotas de romero
5 gotas de aceite esencial de pino

Aceite de Ricino

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



Aceite de Rosa mosqueta

Qué aporta a tu piel

El aceite de Rosa mosqueta es uno de los aceites hidratantes y regeneradores más potentes para el tratamiento de todo tipo de pieles, especialmente para la piel seca y madura.

También suele utilizarse combinado con otros aceites para el tratamiento de pieles atópicas y dermatitis.

En masaje terapéutico es apropiado para el tratamiento de dolencias articulares.

Hidratación en profundidad

Reduce la pérdida de agua natural de la piel, regula las glándulas sebáceas y mantiene la piel hidratada y tonificada.

Acción antioxidante

Protege la piel de agentes externos, estimula la microcirculación y evita el envejecimiento prematuro. Atenúa las arrugas y previene su aparición.

Poder regenerador

Atenúa estrías, marcas y cicatrices. Aporta firmeza, elasticidad y ayuda a combatir la flacidez.



Recetas fáciles y consejos

Puedes utilizarlo solo o potenciar sus propiedades combinando 2 partes de rosa mosqueta y 1 de jojoba. Rocía el rostro antes con un hidrolato para tonificar la piel y facilitar la absorción. Aplícalo de noche antes de dormir o de día. Si decides usarlo al empezar el día, asegúrate de que no vas a exponerte directamente al sol.

También puedes añadir a tu crema de día 4 ó 5 gotitas de aceite de rosa mosqueta. Muy aconsejable para el contorno de ojos y para tratar marcas y manchas del rostro.

Prepara una LOCIÓN CORPORAL REPARADORA que funciona como un remedio rescate para toda la familia. Puedes utilizarla para tratar heridas, quemaduras, llagas, granos, etc.

50 ml. de aceite de hipérico
30 ml. de aceite de rosa mosqueta
10 gotas de aceite esencial de árbol de té
10 gotas de aceite esencial de limón
10 gotas de aceite esencial de espliego
2 gota de aceite esencial de incienso

CUIDADO DEL CABELLO: Aplica aceite de rosa mosqueta puro sobre el cuero cabelludo dando masaje en círculos al menos una vez cada dos meses y tu pelo lucirá sano y vigoroso. Si además, le añades unas gotitas de aceite esencial de romero, mucho mejor.

Además...

Para el tratamiento de PIELES ATÓPICAS EN NIÑOS es interesante preparar una mezcla de aceites donde no debe faltar el aceite de rosa mosqueta.

25 ml. de aceite de caléndula
15 ml. de aceite de hipérico
5 ml. de aceite de rosa mosqueta
2 gotas de aceite esencial de manzanilla
2 gotas de aceite esencial de espliego

Durante EMBARAZO te ayudará a tonificar el perineo antes del parto y así prevenir los desgarros. Además favorecerá la cicatrización de la episiotomía después del parto. Prerapa una mezcla para masaje perineal con:

25 ml. aceite de rosa mosqueta
10 ml. aceite de almendras
1 gota de aceite esencial de manzanilla, 1 gota de espliego y 1 gota de romero

MASAJE: Para el dolor de artritis, osteoporosis, reuma...te aconsejamos usarlo siempre junto con otros aceites vegetales debido a su alto contenido en principios activos.

50 ml. aceite de avellana
30 ml. aceite de almendras
10 ml. aceite de rosa mosqueta
20 gotas de aceite esencial de romero, 10 gotas de eucalipto, 10 gotas de ravintsara y 6 gotas de clavo

BAÑO: Ayuda en caso de dermatitis o piel atópica y al mismo tiempo tonifica nuestro cuerpo. Prepara tu baño con:

25 ml. aceite de almendras
15 ml. aceite de sésamo
5 ml. de aceite de rosa mosqueta
5 gotas de aceite esencial de manzanilla
2 gotas de aceite esencial de espliego
1 gota de aceite esencial de ciprés

Aceite de Rosa mosqueta

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



www.labiatae.com

Aceite de Sésamo

Qué aporta a tu piel

El aceite de Sésamo es ideal para hidratar el cutis seco y castigado. Aplícalo con insistencia sobre el contorno de ojos, comisuras y cuello para evitar la aparición de arrugas y reducir las existentes. Puedes utilizarlo como hidratante corporal y para tratar las zonas más reseca y agrietadas como codos, rodillas y talones

Hidratación y nutrición

Especialmente indicado para pieles muy secas.

Acción antioxidante

Combate los signos de la edad eficazmente

Poder regenerador

Ayuda a atenuar las marcas producidas por el acné y previene la aparición de estrías.

Antiinflamatorio y analgésico

Ayuda a aliviar el dolor asociado a la artrosis y dolor muscular.

Recetas fáciles y consejos

Puedes utilizarlo solo, aplicando previamente un hidrolato para facilitar la absorción y tonificar la piel, o preparar tu ACEITE FACIAL hidratante para usar por la mañana y la noche.

30 ml. de aceite de sésamo
20 ml. de aceite coco
10 ml. de aceite de jojoba
2 gotas de aceite de rosa mosqueta
1 gotas de aceite esencial de geranio

Prepara una LOCIÓN CORPORAL HIDRATANTE con:

50 ml. de aceite de sésamo
45 ml. de aceite de almendras
10 gotas de aceite esencial de espliego, 10 gotas de geranio y 5 gotas de menta

Aplícala con la piel húmeda después de la ducha o baño, deja actuar unos minutos y retira el exceso al secarte.

En el caso de ESTRÍAS prepara una loción con:

50 ml. de aceite de sésamo
45 ml. de aceite de almendras
20 gotas de aceite esencial de geranio, 5 gotas de menta y 5 gotas de limón

CUIDADO DEL CABELLO: Para hidratar y reparar después de tomar el sol, aplica 25 ml. de aceite de sésamo masajeando el cuero cabelludo y yendo hacia las puntas. Deja actuar unos 10 ó 15 minutos con un gorro y luego aclara con abundante agua. Repite este tratamiento a los 15 días.



Además...

NIÑOS: Combinado con el aceite de caléndula resulta muy adecuado en la hidratación de la piel de bebés y niños. Mezcla 25 ml de aceite de sésamo y 25 ml de aceite de caléndula. Aplícalo sobre la piel seca o húmeda. También puedes añadir unas gotas al agua del baño.

EMBARAZO: Utiliza el aceite de sésamo desde el primer día de embarazo para prevenir la aparición de estrías y mantener tu piel bien hidratada.

En los 4 primeros meses añade a 50 ml, de aceite de sésamo, 5 gotas de aceite esencial de espliego y 5 gotas de mandarina y aplica en masaje. A partir del quinto mes puedes añadir a 50 ml. de aceite de sésamo 2 gotas de aceite esencial de menta, 3 gotas de geranio, 3 gotas de lavanda.

MASAJE: Para el tratamiento de dolor muscular prepara una loción que lleve:

50 ml. de aceite de sésamo
45 ml. de aceite de almendras
1 ml. de aceite esencial de romero
1 ml. de aceite esencial de eucalipto
1 ml. de aceite esencial de lavanda

BAÑO: Prepara un baño y añade 25 ml de sésamo al agua. Muy aconsejable para dermatitis y eczema

EN LA COCINA: No dudes en incluirlo en tus ensaladas y preparar con él ricos aliños para tus comidas.

Una receta para aliños:

60 ml aceite de sésamo, 40 ml aceite de oliva, 10 ml vinagre de manzana, 30 gr Almendras.

Partimos almendras y añadimos el aceite de sésamo, aceite de oliva y en un mortero machacamos. A continuación el vinagre y un poco de sal.

Aceite de Sésamo

100% puro • Natural • Ecológico • Sin aditivos



www.labiatae.com



 **Labiatae**
aceites esenciales ecológicos



Tlf. 34 958 485 417
Tlf. 34 628 207 380

Ctra. del Pantano, Km. 9,3.
18.192 Quéntar - Granada

labiatae@labiatae.com

www.labiatae.com

