



# LEMON

## BENEFICIOS

- Incluye los componentes naturales como acetato de linalilo, linalool y ocimeno.
- Agrégalo a productos para el cuidado de la piel para ayudar a reducir la apariencia del envejecimiento.
- Úsalo para ayudar a eliminar adhesivos.
- Manténlo cerca de ti por su aroma limpio, energizante y vigorizante.
- Aplicalo en el difusor para crear un ambiente de mayor enfoque.
- Usa su aroma para crear una atmósfera estimulante.

## RESUMEN

Originalmente proveniente de las regiones de Asia, el árbol de Limón no era común en Europa hasta el siglo XVI. Es parte de la familia árboles perennes y alcanza una altura de cerca de 20 pies. De dichos árboles, se requieren 75 limones para elaborar una botella de 15 ml de aceite esencial de Limón. Esto se logra a través del prensado en frío de las cáscaras de los limones, que producen un aceite esencial con el aroma de fruta recién cosechada. Con su aroma vivaz y alegre, el aceite esencial de limón brinda beneficios para la piel y el cabello, además de crear ambientes vigorizantes y refrescantes. Es uno de los aceites más vendidos de Young Living y se puede utilizar de muchas maneras: mézclalo con tus productos de limpieza, úsalo durante tu rutina nocturna para el cuidado de la piel o añádelo a tu acondicionador para un aroma inmejorable. Este aceite esencial es un ingrediente clave en productos de cuidado corporal, en productos de limpieza Thieves<sup>®</sup> y mezclas como Thieves<sup>®</sup>, Citrus Fresh<sup>™</sup>, Clarity<sup>™</sup>, Joy<sup>™</sup> y Harmony<sup>™</sup>. Debido a que los aceites cítricos causan fotosensibilidad, evita aplicar el aceite esencial de Limón a la piel expuesta al sol antes de salir.

# USOS & RECETAS para el dia a dia



Mezcla 1-2 gotas con tus productos de belleza favoritos. Ayudará a mejorar la apariencia de la piel para un aspecto más juvenil



Aplica aceite de Limón en el difusor en ambientes melancólicos para un toque de alegría



Aplicalo en el difusor para llenar la cocina con una dosis del familiar aroma de las gotas de Limón y llevar la limpieza a un nuevo nivel



Aplicalo en el difusor ya sea en el trabajo o en la escuela para un aroma alegre que cree un sentido en enfoque y motivación



Ilumina tu régimen de limpieza diaria agregando algunas gotas a tus soluciones de limpieza de pisos, ventanas o superficies (Evita usarlo en superficies barnizadas)



Desaparece los olores del día de tu sala de estar o del salón familiar aplicando en tu difusor una combinación de Limón con otros aromas purificantes como Pino, Toronja o Menta

# DILUCIÓN DE LOS ACEITES ESENCIALES PARA NIÑOS Y BEBÉS

No hay reglas absolutas para la dilución, pero estas proporciones son un buen lugar para comenzar. Usa un aceite portador hidratante como el Complejo de Aceite Vegetal V-6™ para nutrir la delicada piel de los bebés y minimizar la irritación.

A continuación encontrarás las recomendaciones de dilución:



## EDAD 0-1

8 gotas de aceite portador por 1 gota de aceite esencial; si no se experimentan reacciones adversas, prueba 7 gotas de aceite portador por 1 gota de aceite esencial



## EDAD 2-6

3 gotas de aceite portador por 1 gota de aceite esencial



## EDAD 7-11

1 gota de aceite portador por 1 gota de aceite esencial



## EDAD 12+

Concentración completa de la etiqueta

# Aire Otoñal Air

## MEZCLA PARA DIFUSOR



Limón



Peace & Calming

Roma

## MEZCLA PARA DIFUSOR



3  
Lavanda

4  
Limón

2  
Menta

YOUNG LIVING  
ESSENTIAL OILS

# Limpiaador para pisos

Mezcla 1/4 de taza de vinagre blanco y aproximadamente una taza de jugo de limón en un cubo grande con agua tibia para limpiar los pisos. Enseguida agrega algunas gotas de Aceite Esencial de Limón para darle una fragancia fresca y duradera.

(Esta misma combinación de Limón y vinagre funciona genial para desodorizar el refrigerador.)



# Tapicerías limpiador de

Combina los aceites esenciales de Limón, Menta, Purification y Thieves con bicarbonato de sodio. Espolvórealo, déjalo reposar por unos minutos y después aspira.



# Limon Menta

## EXFOLIANTE CON AZÚCAR

- 1 1/4 tazas de azúcar granulada
- 1/2 taza de aceite de coco
- 1 cucharada de jugo de limón
- Ralladura de cáscara de medio limón
- Aceite Esencial de Menta
- Aceite Esencial de Limón

En un recipiente, mezcla 1 1/4 tazas de azúcar granulada, 1/2 taza de aceite de coco, 1 cucharada de jugo de limón, la ralladura de cáscara de medio limón, 5 gotas de aceite esencial de Menta y 5 gotas de aceite esencial de Limón. Guarda el exfoliante en frascos de 4 onzas con tapa hermética y ata listones en colores pastel.

Aplicalo por las noches ya que este aceite esencial es fotosensible.



# Rostro Fresco

MEZCL

- 1 cucharada de miel
- 1 cucharada de jugo de limón
- 1 cucharada de nuez moscada molida
- 1 cucharada de canela en polvo
- 2 gotas de Aceite Esencial de Limón
- 2 gotas de aceite esencial de Naranja, Joy o Incienso

Combina todos los ingredientes en un recipiente para formar una pasta densa que tenga una consistencia que se adhiera a tu piel. Sigue agregando jugo de limón y miel según sea necesario hasta alcanzar la densidad deseada.

Aplica la pasta a todo tu rostro o en las áreas que necesitan mayor cuidado. Después de 20 minutos, enjuágala y seca suavemente.

Aplicalo por las noches ya que este aceite esencial es fotosensible.