

Limón



Resumen del producto

El limón, *Citrus limon*, tiene un aroma cítrico purificante y se conoce como uno de los aceites naturales más fragantes. Se obtiene prensado en frío la cáscara de *Citrus limon*, un árbol de 6 metros con flores muy aromáticas y frutos de limón. El limón contiene compuestos cuyos efectos sobre la función inmunológica se están estudiando. También es un ingrediente frecuente en los cosméticos naturales.

Historia del producto

El aceite natural de limón promueve la claridad de pensamiento y de propósito y tiene una fragancia que es vigorizante, tonificante y cálida. Los limones se usaban en Europa desde tiempos tan remotos como 200 d.C., y Cristóbal Colón los llevó al continente americano en 1493. Los limones también se administraban a los marinos para tratar el escorbuto y otras deficiencias vitamínicas.

Beneficios principales

Se sabe que, cuando se esparce el aroma del limón, éste refresca y estimula la mente, mejora la memoria y fomenta la sensación de bienestar. El limón se puede usar para remedios caseros básicos. Fortalece las uñas, elimina sustancias pegajosas e incluso se puede usar como repelente de insectos cuando se esparce su aroma.*

Sugerencias de uso

- Mezcle quince gotas de aceite de limón con dos cucharaditas de aceite de olivo ligero y 1/4 de taza de vinagre blanco destilado en una botella rociadora grande. Llene el resto de la botella con agua destilada y utilízala para pulir muebles con eficacia.

- Para usos de limpieza doméstica general, sirve para quitar chicle, manchas en la madera, aceite y manchas de grasa.*
- Agregue unas pocas gotas en la lavavajillas para eliminar residuos después del enjuague.
- Difunde su aroma para aromatizar su casa o agregue unas cuantas gotas a una botella con rociador para desodorizar y esterilizar el aire.
- Añada diez gotas a una mota de algodón y colóquela dentro de su aspiradora.

Precaución

Si está embarazada o bajo atención médica, consulte a su médico antes de ingerir aceite natural de limón. Se recomienda diluirlo cuando se aplica de forma tópica. El aceite de limón es fotosensibilizador, de modo que se debe evitar exponerse a la luz directa del sol/rayos ultravioleta durante las siguientes doce horas después de aplicarlo de forma tópica.

Preguntas frecuentes

P ¿Contiene vitamina C el aceite de limón?

R No hay vitamina C en el aceite natural de limón.

P ¿Cuál es la diferencia entre el aceite de limón y el de toronjil?

R El toronjil se destila a vapor de la planta de toronjil (*melisa*), mientras que el aceite de limón se obtiene prensado en frío de la cáscara limones. Tienen diferentes acciones y usos.

*Antes de limpiar tapicería, telas o alfombras, realiza una prueba en una área pequeña. Discontinúe su uso en el caso, poco probable, de que aparezcan manchas o irritación de la piel.