



Aceite de Naranja: El aceite de naranja **promueve la producción de colágeno** en la piel e **incrementa el flujo sanguíneo** hacia ella, con lo que ayuda a regenerar más rápidamente este tejido. También es útil para la piel irritada y seca, así como para las infecciones que puedas tener.



Aceite de Coco: Este es un gran exfoliante. Si estás planeando perder peso o quedar embarazada, el aceite de coco puede ser muy útil para prevenir las estrías que resultan de estos eventos. Simplemente se pone el aceite de coco por todas las áreas problemáticas como el abdomen y los senos. Se pone por las noches antes de acostarse y se deja durante toda la noche. Al día siguiente te bañas como de costumbre



Aceite de Eucalipto: Posee propiedades expectorantes (elimina el exceso de mucus de las vías respiratorias), y alivia afecciones de garganta y laringe; además de ser un antiséptico de las vías respiratorias. En esta modalidad, se puede combinar también con tilo y manzanilla. Gracias al poderoso aroma balsámico de sus hojas, otorga sensaciones reconfortantes y de relax. Además, estimula los sentidos y despeja la mente. Por ello, es uno de los elegidos por la aromaterapia.



Uno de los usos del aceite de manzana más populares es para adelgazar. Estudios preliminares encontraron que el ácido acético que se encuentra en el aceite de manzana podría ser el responsable de la reducción de peso corporal, grasa abdominal y circunferencia de la cintura en los pacientes que participaron en el estudio.



Aceite de Manzanilla: Se afirma que la manzanilla tiene acción como **antiinflamatorio, antiséptico, digestiva, relajante, restaurador nervioso, sedante y tónico**. El aceite aplicado en la piel especialmente en el área abdominal mejora el ánimo, estabiliza las emociones y mejora el aparato digestivo.



Aceite de Almendras: Es un gran emoliente, es decir mejora las lesiones como estrías, piel seca y secuelas de ciertas enfermedades como herpes o varicela. Posee un potente efecto humectante, relaja y alivia irritaciones en la piel. Además calma el dolor causado por enfermedades inflamatorias en la piel y mejora la circulación.



Aceite de Jazmín: De entre las flores, el perfume dulce del jazmín es uno de los más intensos, exquisitos y seductores, su aceite esencial **es un ingrediente aromático de los más apreciados y atractivos que hay**. Es muy útil para ayudar a elevar en ánimo, con propiedades antidepresivas. Relaja y libera estrés, ayuda a liberar emociones contenidas y ayuda a elevar la autoestima. Crea una sensación de paz y bienestar, calma la ansiedad



Aceite de Rosas: *El aceite de rosas, un aceite esencial con aroma que ofrece propiedades antidepresivas y antisépticas, también ayuda a aliviar el insomnio y el nerviosismo.* se sabe que el aceite de rosas también puede reparar los capilares rotos y reducir la inflamación de la piel. El aceite de rosas se emplea para mejorar la circulación sanguínea y fortalecer el sistema inmune. En aromaterapia, se usa como un sedante y antidepresivo natural. Además, se emplea en las terapias de masajes ya que ayuda a aliviar los músculos y suavizar la piel, a la vez que su dulce fragancia promueve la relajación.



Aceite de Girasol: Este aceite es **rico en vitamina E**, la cual ayuda a prevenir enfermedades como el asma, la artritis reumática y y el cáncer del colon. El aceite de girasol es absorbido con facilidad por la piel y forma una capa protectora que puede ser auxiliar en la prevención de infecciones y la inflamación que éstas producen, principalmente en la piel de los bebés. El aceite de girasol también es efectivo para combatir el acné y proporciona una piel sana y flexible por su capacidad de atrapar la humedad.