

# Nardo

*Nardostachys jatamansi* 5 ml

dōTERRA™ | EUROPE

FOGLIO INFORMATIVO PRODOTTO



## BENEFICI PRINCIPALI

- L'olio di Nardo ha un aroma rinvigorente che aiuta a favorire un senso di calma e relax.
- Purifica la pelle e le dona un aspetto sano e pulito quando applicato topicamente.
- Si meschia perfettamente con gli oli di Incenso, Bacca di ginepro, Mirra e Vetiver.
- Eccezionale profumo legnoso e speziato, molto utilizzato nell'industria dei profumi.

## DESCRIZIONE

Il nardo è una pianta da fiori della famiglia della valeriana che cresce ad alta quota nelle regioni subalpine e alpine dell'Himalaya. Uno dei benefici principali dell'olio essenziale di Nardo è quello di favorire un senso di calma e relax, il che lo rende una scelta molto apprezzata per l'aromaterapia e la meditazione. Molto apprezzato da secoli, l'olio di Nardo veniva tradizionalmente utilizzato per ungere le persone di altissimo onore e nella medicina ayurvedica dell'India. Oggi l'olio viene di solito impiegato nei profumi e in massaggi rilassanti per il suo profumo legnoso e muschiato. Il Nardo è inoltre rinomato per favorire una pelle sana e pulita.

## INDICAZIONI

- Applicalo sulle unghie dei piedi per renderle più sane e pulite.
- Aggiungi l'olio di Nardo al pediluvio per favorire il rilassamento.
- Aggiungi una goccia di olio di Nardo alla crema idratante per una pelle più morbida e levigata.
- Aggiungi due gocce di olio al detergente per il viso o alla crema anti età per donare alla pelle un aspetto più sano e luminoso.
- Crea una fragranza personalizzata combinando l'olio di Nardo con uno o più oli tra cui Chiodi di garofano, Cipresso, Incenso, Geranio, Bacca di ginepro, Lavanda, Mirra, Arancio dolce, Rosa o Vetiver.
- Applica una o due gocce sulle tempie e la parte posteriore del collo per favorire un senso di calma e relax.

## MODO D'USO

Per il massaggio, mischiare 5 gocce con 10 ml di olio vettore. Per il bagno, mischiare 5 gocce con 5 ml di olio vettore. Per profumare, mischiare 1 goccia con 10 gocce di olio vettore.

## PRECAUZIONI

Possibile sensibilità cutanea. Tenere lontano dalla portata dei bambini. Consultare il proprio medico in caso di gravidanza o se in trattamento. Evitare il contatto con gli occhi, l'interno delle orecchie e le zone sensibili.

