

# Aceites Esenciales y Aromaterapia

Guía completa con 800 recetas naturales  
para la salud, la belleza y el hogar



VALERIE ANN WORWOOD

*Gaia*

## Aceites esenciales y aromaterapia

Guía completa con 800 recetas naturales  
para la salud, la belleza y el hogar

Worwood, Valerie Ann

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484456049

Páginas: 832

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 36,00 €

Colección: Salud natural

## SINOPSIS

### La obra de referencia internacional sobre aromaterapia

Valerie Ann Worwood, considerada la máxima autoridad estadounidense en aromaterapia, presenta esta obra imprescindible para quienes buscan formas alternativas de cuidar su salud y adoptar un estilo de vida natural. *Aceites esenciales y aromaterapia* contiene más de 800 recetas de preparados a base de aceites esenciales, fáciles de realizar y aplicables tanto en casa como a nivel profesional.

De manera clara y constructiva, la autora describe procedimientos para aliviar diferentes problemas de salud y tratamientos específicos para niños, mujeres, hombres y personas mayores. El libro contiene asimismo información útil sobre cómo reforzar las defensas del organismo; propuestas para superar las dificultades emocionales; ideas para cuidar el hogar y el lugar de trabajo y sugerencias para ámbitos tan variados como el deporte, los viajes, la gastronomía o la agricultura. En esta obra, Worwood comparte además sus amplios conocimientos sobre el uso de los aceites esenciales en distintos tratamientos de belleza y describe al detalle 125 aceites esenciales y 37 aceites base.

En estas páginas encontrarás fórmulas para:

### El cuidado de la salud:

- Pie de atleta - Quemaduras - Ampollas - Diarrea - Labios agrietados - Moratones - Catarros - Resfriados - Infecciones de oído ...