

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 ...