

Choisir la bonne compagnie d'huile essentielle

Ce qu'on choisit comme huile essentielle a beaucoup d'impact sur l'efficacité, mais surtout peut nuire si on ne fait pas les bons choix. Voici deux critères à considérer pour de bons résultats.

La pureté

Malheureusement, il n'y a pas beaucoup de normes dans l'univers des huiles essentielles. Donc, ce n'est parce qu'une huile essentielle est étiquetée pure qu'elle le sera vraiment. Sans avoir accès aux rapports de ce que contient notre bouteille, il est facile d'acheter des huiles qui contiennent de l'eau, des additifs non désirés ou même des produits nocifs pour la santé.

Heureusement doTerra offre avec beaucoup de transparence. Les résultats des tests effectués sur leurs huiles essentielles nous prouvent qu'elles ne contiennent aucun pesticide, agent de remplissage, parfum, fragrance, métaux lourds, etc. Tu peux jeter un coup d'oeil sur tout le processus des huiles essentielles et des tests chez doTerra.

Je ne mettrais aucune autre huile essentielle sur la peau de ma fille parce que je sais avec certitude qu'il n'y a pas de danger pour sa santé.

Qualité thérapeutique

Les huiles essentielles peuvent contenir (et devraient contenir!) des molécules qui agissent sur la santé. Par exemple, la lavande contient du linalool, une molécule active qui aide à gérer le stress, la dépression et aide à la relaxation.

Pour obtenir cette molécule dans l'huile essentielle de lavande, la plante doit être distillée pendant 4 heures. Par contre, beaucoup d'huiles essentielles sont seulement distillées pendant 2 heures. Ces dernières contiennent les molécules de l'odeur particulière de la lavande, mais pas la molécule active qu'on recherche pour ses propriétés thérapeutiques.

Doterra a décidé de mettre la barre haute dans l'industrie des huiles essentielles et assure que chaque bouteille d'huile essentielle qu'elle produit atteint les standards les plus stricts concernant la qualité, mais aussi avec les molécules thérapeutiques. C'est pourquoi dès qu'on essaie les huiles essentielles de doTerra, on se rend compte de leur grande efficacité souvent avec seulement une goutte!

