

El Poder de la Canela

Ciencia, Bienestar y Usos de un Aceite Milenario.

UNA GUÍA MAESTRA DE ACEITES ESENCIALES



Playfair Display

Más allá de la cocina

La canela evoca recuerdos de postres y días acogedores, pero su esencia concentrada es una herramienta terapéutica potente.



Dualidad: Un aroma que combina lo picante y lo dulce.



Historia: Usado durante siglos no solo por sabor, sino por sus capacidades antisépticas y estimulantes.



Advertencia: A diferencia del polvo de hornear, el aceite esencial es altamente concentrado y requiere respeto.



Botánica: Cassia vs. Ceylán

Cinnamomum Cassia (La variedad de IKARO)

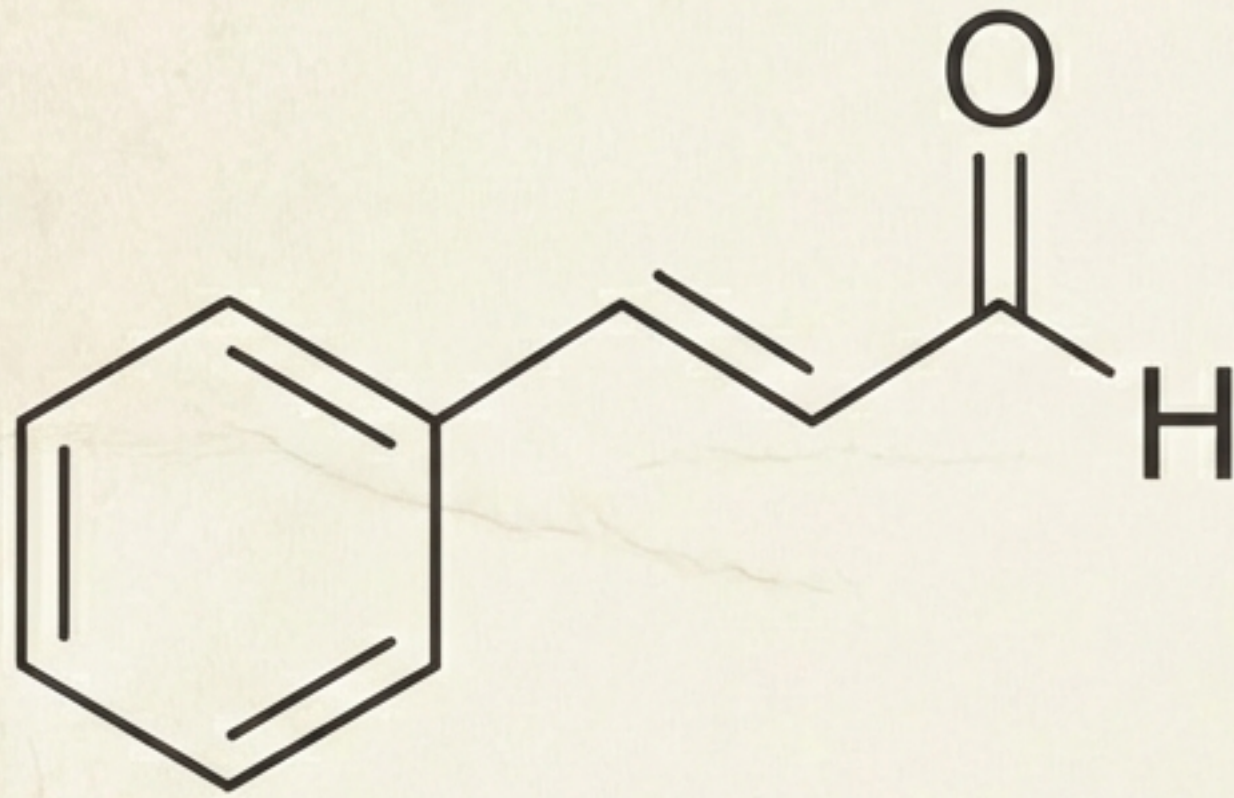
- **Origen:** China e Indonesia.
- **Perfil:** Aroma más fuerte, picante y penetrante.
- **Potencia:** Más económica y potente, requiere mayor precaución tópica.



Cinnamomum Verum (Ceylán)

- **Origen:** Sri Lanka.
- **Perfil:** Aroma sutil y delicado.
- **Uso:** Preferida para mezclas muy suaves.

La Química de la Energía



78.84% Cinnamaldehído

El motor principal. Responsable de la acción antimicrobiana, antioxidante y del aroma característico.

8.48% Trans-o-methoxy-cinamaldehido

Potencia las propiedades antibacterianas y antiinflamatorias.

Takeaway: Esta alta concentración de aldehídos es lo que hace al aceite 'caliente' y activo.

Alquimia Mental

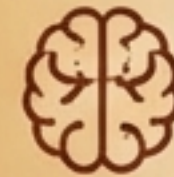
Un abrazo cálido en invierno.



Energizante: Combate la fatiga mental y el agotamiento.



Afrodisíaco Natural:
Eleva la libido y la pasión (especialmente en hombres) al estimular el sistema nervioso.



Foco y Memoria: Ideal para momentos de estudio o trabajo intenso.

El Escudo Corporal

Conocido como un antibiótico natural, el aceite esencial de canela crea una barrera contra patógenos.

Antibacteriano y Antifúngico

Combate bacterias resistentes, hongos y virus.

Salud Oral

Eficaz contra *Streptococcus mutans* (caries) y el mal aliento.
Uso: Gárgaras (siempre diluido).

Antioxidante

Protege las células del estrés oxidativo.

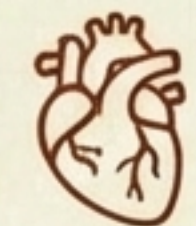
Alivio y Circulación



Efecto Calor: Al aplicarse (diluido) genera calor que destensa los músculos.



Antiinflamatorio: Reduce el dolor en casos de artritis y reumatismo.



Circulación: Estimula el flujo sanguíneo, ideal para extremidades frías.

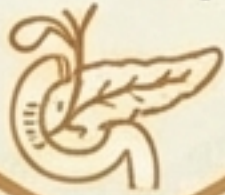
Salud Digestiva y Metabólica

Un aliado para el equilibrio interno.

Regulación de Glucosa

Regulación de Glucosa

Ayuda a regular los niveles de azúcar en sangre (apoyo en diabetes tipo 2).



Confort Estomacal

Confort Estomacal

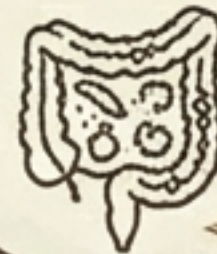
Calma cólicos, diarreas y vómitos.



Antiparasitario

Antiparasitario

Ayuda a erradicar parásitos intestinales y equilibrar la flora delicada.



Hogar Purificado

El Desinfectante Natural



- 500ml de agua
- Chorrito de vinagre
- 3-4 gotas de Aceite Esencial de Canela

Uso: Limpieza de superficies y baños.

Beneficio: Elimina patógenos sin químicos agresivos y deja un aroma acogedor.



El Arte de la Mezcla

Naranja

Antiestrés.
Una mezcla cálida y
dulce que alivia la
ansiedad.

Romero o Limón

Productividad.
Potencia la memoria
y la concentración.

Canela

Lavanda

Calma Profunda.
Equilibra la estimulación
de la canela con
relajación.

Clavo

Potencia
Inmunológica.

Rituales Diarios

Mañana (Energía)

Difusor con Canela y Naranja (proporción 2:3) para despertar el cuerpo.



Tarde (Estudio)

Inhalación directa o difusor con Romero para proyectos creativos.



Noche (Calor)

Baño de pies con agua caliente y 2 gotas diluidas para relajar y calentar el cuerpo.



La Regla de Oro: Dilución



NUNCA usar puro sobre la piel.
Es dermocáustico (puede quemar).

La Fórmula Segura:

- Uso Tópico: 0.5% - 1% máximo.
- En la práctica: 1 a 2 gotas de aceite esencial por cada 10 ml de aceite portador (almendras, coco, jojoba).

Nota: El aceite no se mezcla con el agua; siempre diluir en un portador antes de añadir al baño.

Contraindicaciones

La potencia conlleva responsabilidad. Evitar su uso en los siguientes casos:



Embarazo y Lactancia:
Puede provocar
contracciones uterinas.



Niños:
No usar en menores
de 6 años.



Mascotas:
Gatos y perros
pueden ser muy
sensibles.



Medicación:
Precaución si toma
anticoagulantes o
medicación hepática.

Guía Rápida de Uso

Beneficio	Aplicación	Precaución
Energía	Difusor (3-5 gotas)	Cuidado con ojos
Inmunidad	Gárgaras (diluido)	No ingerir directo
Dolor Muscular	Masaje (al 1%)	No usar puro en piel
Hogar Limpio	Spray (con vinagre)	Ventilar bien



Empieza con una Gota

El aceite esencial de canela es energía líquida. Respeta su poder, disfruta su calidez y transforma tu bienestar.

¿Listo para encender tus sentidos?