

Guía de uso seguro para aceites esenciales

Desde Noresenza se recomienda el uso de aceites esenciales 100% puros y 100% naturales además de seguir las siguientes indicaciones:

- No aplicar directamente sobre la piel. Se recomienda diluir unas gotas en algún aceite vegetal base como de avellana o albaricoque.
- No se recomienda el uso a las mujeres embarazadas ni a las madres lactantes.
- No se debe suministrar a bebés ni a niños menores de 3 años. Su uso en menores de 12 años siempre debe estar supervisado por un especialista.
- No ingerir. La ingesta se desaconseja a menos que se tengan indicaciones específicas de un especialista que controle la dosificación y la duración del tratamiento.
- Se recomienda leer las fichas de seguridad y los documentos informativos de los aceites esenciales que se piensa utilizar y examinar sus instrucciones de uso, así como sus sellos de calidad o certificaciones.
- No poner en contacto con ojos o mucosas.
- Consultar con un experto para su uso en caso de embarazo, lactancia, niños, enfermedades y alteraciones cutáneas severas
- Evitar la exposición al sol tras su utilización. Algunos aceites son fotosensibilizantes, es decir, que al contacto con la radiación solar puede producir alteraciones en la piel, marcas, manchas, prurito, picor, enrojecimiento. La mayoría de aceites esenciales fotosensibilizantes son los **cítricos**.