

CONHEÇA O SISTEMA METAPWR



Tenha uma aparência saudável. Sinta-se melhor. Assuma mais a vida. Sua Vida Mais Poderosa com a nova linha de produtos MetaPWR.

Distribuição Gratuita

<https://voceessencial.com>

O kit Kit MetaPWR dōTERRA é composto pelos produtos:



- **MetaPWR Aroma Natural de Especiarias**

Um blend exclusivo de óleos essenciais CPTG. Pode inibir a maturação das células de gordura. Ajuda a controlar os desejos. Estimula o metabolismo saudável.



- **MetaPWR Pastilhas**

Promove uma sensação energizante e de disposição para acompanhar as atividades diárias. É o mesmo do óleo de 15 ml em uma forma prática para a ingestão.



- **MetaPWR Advantage**

Contém ingredientes como Vitamina B7, conhecida por auxiliar no metabolismo energético. Os tipos de colágeno do advantage são até 12x mais biodisponível do que os outros do Mercado.



- **MetaPWR Fiber Up**

Um suplemento alimentar em pó que oferece 6 tipos de fibras (solúveis e insolúveis), 8 tipos diferentes de vitaminas, 4 tipos de minerais e probióticos. Ajuda no funcionamento dos intestinos reduzindo a constipação.

METAPWR – GOTAS



Desenvolvido por Pesquisa e Desenvolvimento Científico da dōTERRA, o MetaPWR contém proporções e balanceadas de óleos essenciais.

Óleos neste Mix:

Toranja, Limão-siciliano, Hortelã-pimenta, Gengibre e Casca de canela.



Formas de uso:

Aromático e interno.

Obs. Consulte um médico antes de usar se estiver gestante, amamentando ou alguma condição especial.

METAPWR - PASTILHA



Contém os mesmos óleos essenciais do mix metaPWR além de uma base de óleo de girassol, gelatina (água, gelificante gelatina e umectante glicerol).

Não contém Organismos Geneticamente Modificados, derivados de leite, soja, glúten, preservativos e nem adoçantes ou flavorizantes artificiais. **Alérgicos:** pode conter derivados de soja, peixe e amendoim.

Formas de uso:

Ingira 1-2 cápsulas 2x por dia.

Obs. Consulte um médico antes de usar se estiver amamentando, gestante ou com alguma condição especial.

MetaPWR Fiber UP



Suplemento Alimentar em Pó a base de Fibras, Vitaminas e Minerais



Benefícios Primários:

- **Vitamina A** que auxilia no funcionamento do sistema imune e no metabolismo do ferro.
- A **Vitamina E** é um antioxidante que auxilia na proteção dos danos causados pelos radicais livres.
- As **Vitaminas B6 e B12** auxiliam na formação de células vermelhas do sangue e no metabolismo energético.
- O **Ácido Fólico** auxilia na síntese de aminoácidos e no processo de divisão celular.
- A **Vitamina C** auxilia na formação do colágeno e na absorção do ferro dos alimentos.
- Traz mais energia para seu dia a dia.

Sua Ação Em Nosso Corpo:

- No **estômago**: Aumenta a sensação de saciedade e ajuda na perda de peso.
- Nos **intestinos**: Desacelera a absorção do carboidrato, ajuda a reduzir o colesterol e estabiliza níveis de açúcar no sangue.
- No **cólon**: Alivia a constipação e dá suporte ao sistema imunológico.

O MetaPWR Fiber UP é indicado como coadjuvante na ação sinérgica do doTERRA MetaPWR Advantage e do óleo essencial MetaPWR.

Forma de uso:

Adicione 10 g (1 colher de sopa) em 1 copo de 250 ml de água e mexa até a dissolução completa do produto.

Ingerir 1 vez ao dia.

Você pode tomar pela manhã em jejum (antes do café da manhã) ou junto com sua maior refeição do dia.

OBSERVAÇÕES

- É possível consumir 2 porções por dia para acelerar os processos e ter um impacto maior em seu corpo.
- Recomendado para Indivíduos com idade maior ou igual a 19 anos. Este produto não deve ser consumido por gestantes, lactantes e crianças.
- Conservar este produto ao abrigo de luz, calor e umidade.



MetaPWR Advantage

Sabor Limão-Laranja



Benefícios Primários

- Suplemento Alimentar de Transresveratrol, Biotina, Ácido Hialurônico em Pó.
- Fórmula balanceada para manutenção do seu bem-estar.
- A Biotina contribui para a manutenção do cabelo e da pele, auxilia no metabolismo energético e no metabolismo de proteínas, carboidratos e gorduras.
- Promove o envelhecimento biológico saudável e melhora o tempo de vida com saúde.
- Melhora funções cognitivas.
- Oferece suporte a massa muscular magra e ao tecido conjuntivo.
- Melhora a elasticidade e firmeza da pele.
- Promove níveis saudáveis de lipídios no sangue.
- Apoia uma resposta inflamatória saudável.
- Ajuda a reduzir o estresse oxidativo.

Forma de uso

Consumir 1 sachê de 5,3 g 1x ao dia, diluído em 150-240 ml de água gelada ou temperatura ambiente, ou conforme orientação de médico e/ou nutricionista.

Observações:

- Recomendado para Indivíduos com idade maior ou igual a 19 anos.
- Este produto não deve ser consumido por gestantes, lactantes e crianças
- **Alérgicos:** contém derivados de peixe. Não contém glúten. Rico em biotina.

MetaPWR

Protocolo de uso diário



Pela manhã em Jejum:

10g do FiberUP (fibras). Misture bem em um copo com água e tome. Em seguida tome o café da manhã

obs. Se você não tomar café da manhã, faça isso antes da sua refeição principal.

30 min antes do almoço e do jantar:

Pingar 2 a 3 gotas do MetaPWR (frasco 15ml) em um copo de água e tomar.



30 min após o almoço e o jantar:

Ingerir 1 cápsula do MetaPWR (frasco branco).

Obs. Se não tiver as cápsulas pode tomar novamente 2 a 3 gotas do óleo MetaPWR (frasco de 15ml).



Antes de dormir:

1 sachê do MetaPWR advantage (colágeno).
Misture bem em um copo com água e tome.



Este protocolo é excelente para manutenção do peso, perda de peso leve, para ter mais energia e disposição e melhorar o sistema digestivo, eliminações e saúde metabólica. Existem outros protocolos possíveis, este é um exemplo.

MetaPWR

Protocolo de uso- Foco em redução de peso



Pela manhã em Jejum:

10g do **FiberUP** (fibras). Misture bem em um copo com água e tome. Em seguida tome o café da manhã.

obs. Se você não tomar café da manhã, faça isso antes da sua refeição principal.

30 min antes do almoço, do jantar e do lanche da tarde:

Pingar 3-4 **gotas** do **MetaPWR** (frasco 15ml) em um copo de água e tomar.



30 min após o almoço e o jantar:

Ingerir 1-2 **cápsulas** do **MetaPWR** (frasco branco).

Obs. Se não tiver as cápsulas pode tomar novamente 2 a 3 gotas do óleo MetaPWR (frasco de 15ml).

Antes de dormir:

1 sachê do **MetaPWR advantage** (colágeno).

Misture bem em um copo com água e tome.



Este protocolo é excelente para perda de peso, aumentar a energia e disposição, melhorar o sistema digestivo, eliminações e saúde metabólica. Existem outros protocolos possíveis, este é um exemplo.

- Faça atividades físicas 2-3x por semana (30 min ou +).
- Melhore sua ingestão de água.
- Reduza a quantidade de alimentos calóricos e doces.
- Evite alimentos calóricos ou doces à noite.
- Abuse das saladas, legumes e frutas.
- Melhore seu sono.

<https://voceessencial.com>

Está querendo perder peso e medidas?



**Tenho mais 2 dicas pra você
potencializar o sistema metaPWR**

dōTERRA Smart & Sassy TrimShake



Baunilha e Chocolate

O Smart & Sassy TrimShake é um alimento com nutrientes balanceados, apropriado para substituir até 2 refeições diárias e auxiliar em dietas de perda de peso.



Enriquecido com lipídeos, carboidratos e proteínas, fonte de 19 vitaminas e minerais na quantidade ideal e de alta qualidade para substituir, de maneira apropriada e pouco calórica uma refeição (apenas 204 Kcal em 300 ml de leite semidesnatado) Contém fibras capazes de aumentar a sensação de saciedade e assim, diminuir o apetite.

Benefícios Primários:

- Colágeno hidrolisado: Uma proteína estrutural que fornece sustentação para diversos tecidos, tais como a pele, músculos, tendão, ossos e articulações, cabelos e unhas.
- Proteína concentrada do soro do leite. Ótima alternativa para quem procura definição muscular e reduzir taxas de gordura corporal.
- Aminoácidos essenciais: L- leucina e L-triptofano.

Obs:

Não contém glúten. Contém lactose. **Alérgicos:** contém derivados do leite e de soja.

SUGESTÃO DE USO:

- Use mixer, coqueteleira ou liquidificador 26 g (1 dosador) em 300 ml de leite semidesnatado.
- PERDA DE PESO: Substitua 2 das 3 refeições principais.
- MANTER O PESO: Substitua apenas 1 refeição principal.
- AUMENTO DE PESO: Acrescente até 2 shakes ao cardápio diário.

Clique para baixar gratuitamente um e-book com receitas do TrimShake

https://www.doterra.com/BR/pt_BR/trim-shake-recipes

GUIA ESSENCIAL PARA PERDER PESO



Quando você equilibra seu peso todo seu corpo se equilibra. Você reduz riscos de algumas doenças, tem mais energia e disposição, força menos músculos e articulações, sente menos dores, melhora sua autoestima, economiza com medicamentos e consultas médicas.

Pensando nisso, reuni neste E-book técnicas simples de yoga e aromaterapia para ajudar você gerenciar seu peso de forma simples e segura.

Comece hoje mesmo a cuidar do seu peso pensando em saúde além da estética.

Escrito e produzido por Fernando Perri: Psicólogo, instrutor de yoga, escritor, aromaterapeuta, terapeuta ayurvédico e floral.

- Contém 37 páginas
- Bônus Especiais
- E-book 100% Digital.
- Acesse quantas vezes quiser pelo período de 1 ano após a compra.

Visite nosso site e **adquira** esse e muitos outros e-books para sua saúde física, mental e emocional.

<https://voceessencial.com/ebooks/>

UTILIZE OS ÓLEOS ESSENCIAIS COM SEGURANÇA

- Não coloque os óleos essenciais nos olhos, dentro das narinas, dos ouvidos ou em áreas sensíveis.
- Crianças menores de 6 anos não devem ingerir os óleos e quando usar topicamente precisam de diluição.
- Gestante, mães amamentando e pessoas com alguma condição especial de saúde precisam de acompanhamento de alguém mais experiente.
- Óleos essenciais são bastante concentrados, use pequenas doses. 1-3 gotas costuma ser suficiente.
- Escolha a forma de uso adequada ao benefício que está buscando. Aromática, Tópica ou interna (ingerível).
- Certifique-se que está usando óleos essenciais de qualidade.
- Conserve os óleos essenciais longe do sol, do calor, de crianças e animais de estimação.
- Cuidado quando utilizar os óleos essenciais cítricos (limão, laranja, tangerina etc.) topicamente. Evite expor, a parte do corpo onde aplicou o óleos, ao sol por pelo menos 12 horas.

Entendendo a Simbologia para o uso com segurança dos Óleos Essenciais



Pode ser usado aromaticamente



Pode ser usado topicamente (aplicado na pele)



Pode ser usado internamente (ingerido)



Pode ser usado sem diluição



Diluir para crianças, idosos ou pele sensíveis



Diluir sempre antes de usar topicamente (aplicado na pele)



Não expor ao Sol por pelo menos 12h (aplicado a pele)



Quer saber mais sobre os
óleos essenciais. Seus usos,
benefícios, cuidados
especiais e muito mais?

ARTIGOS

- O que são os óleos essenciais.
<https://voceessencial.com/o-que-sao-oleos-essenciais/>
- Como usar os Óleos Essenciais Lavanda, Limão e Hortelã-pimenta. Dicas Simples!
<https://voceessencial.com/2021/09/23/como-usar-os-oleos-essenciais-lavanda-limao-e-hortela-pimenta-dicas-simples/>
- Óleos Essenciais para Yoga e Meditação
<https://voceessencial.com/2018/11/28/oleos-essenciais-para-yoga-e-meditacao/>

VÍDEOS ATÉ 5 MIN

- 3 dicas de livros sobre óleos essenciais.
<https://youtu.be/yo88SLriE7s?si=gaDLMohSJsoUjncf>
- 5 motivos para você usar óleos essenciais
<https://youtu.be/1lvFBY2h-uM?si=eVL6yTlr4Cj-QaWt>
- Como usar o difusor ultrassônico.
https://youtu.be/ng66hCDQtdg?si=_y8rZP6N0XkXIP4x

VÍDEOS + LONGOS

O que são os óleos essenciais - 10 min

<https://youtu.be/5DMCb3dMDfI>

Introdução aos óleos essenciais – Aula 1 de 4 – 40 min

<https://www.youtube.com/live/R2akkkBuYtk?si=DPpC0w4havh5IH3V>

COMECE HOJE MESMO NOSSOS CURSOS ONLINE

<https://voceessencial.com/cursos/>



<https://voceessencial.com>

ADQUIRA JÁ NOSSOS E- BOOKS

<https://voceessencial.com/ebooks/>



FERNANDO PERRI

É psicólogo, psicodramatista, instrutor de yoga, terapeuta floral, ayurvédico, aromaterapeuta e escritor.

Visite nossas redes sociais:

INSTAGRAM:

Você é Essencial - @voceessencial

<https://www.instagram.com/voceessencial/>

YOUTUBE:

Você é Essencial - Óleos Essenciais

<https://www.youtube.com/@voceessencial>

SITE:

Você é Essencial

www.voceessencial.com

FACEBOOK:

Você é Essencial - Óleos Essenciais

<https://www.facebook.com/voceessencialoleos/>

TIK TOK:

Você é Essencial - @voceessencial

<https://www.tiktok.com/@voceessencial? t=8eOpherdza2& r=1>



Obs:

Este material foi escrito para ajudar as pessoas da nossa equipe. Todo material foi retirado da internet para distribuição gratuita. Fique a vontade de compartilhá-lo na integra. Favor não alterar, adicionar ou remover partes. Assim todos nos beneficiamos com o material.