

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 Gratauta

<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

A

I

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

I

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

I

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 Nossa 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 **côlon**: Alivia a constipação e da 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

I

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 topicalmente precisam de diluição.
- Gestante, mamães 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.) topicalmente. 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

- A Pode ser usado aromaticamente
- T Pode ser usado topicamente (aplicado na pele)
- I Pode ser usado internamente (ingerido)
- N Pode ser usado sem diluição
- S Diluir para crianças, idosos ou pele sensíveis
- D 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/yo88SIriE7s?si=gaDLMohSIsoUjncf>
- 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/>

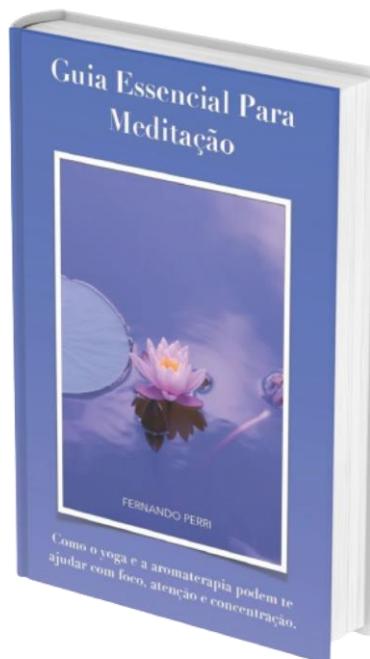


A composite image featuring a circular logo for a course titled "CURSO SEM ESTRESSE" by Fernando Perri, and a photograph of a person meditating on the right. The text below the logo reads "TÉCNICAS DE YOGA E AROMATERAPIA PARA UMA VIDA EQUILIBRADA." The "Você é Essencial" logo is visible in the bottom right corner of the image.

<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/>



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 íntegra. Favor não alterar, adicionar ou remover partes. Assim todos nos beneficiamos com o material.