

## BIENESTAR Y SALUD

## ACEITES ESENCIALES Y COSMÉTICA NATURAL

Conversamos con la Aromaterapeuta Verónica Mujica de la empresa Katmandú, acerca de los maravillosos beneficios de los aceites esenciales.

### 1.- ¿Qué beneficios nos puede entregar la aromaterapia y cómo funciona?

La aromaterapia al ser la utilización de aceites esenciales con finalidad terapéutica, nos puede ayudar a mejorar nuestra calidad de vida proporcionándonos un bienestar físico y mental integral.

Con ella podemos tratar de manera natural una amplia variedad de dolencias comunes, tales como resfríos, tos, dolores musculares, estrés, ansiedad, dificultades para dormir, entre otros. En la cosmética natural, puede ayudar en tratamientos de belleza, tanto para el cuidado de la piel como el cabello.

### 2.- ¿Cuáles son los aceites más utilizados?

En Katmandú, contamos con más de 40 variedades, todos puros, naturales y completos, dentro de los cuales tenemos 5 aceites esenciales de calidad 100% orgánica certificada por Ecocert en Chile.

Dentro de esta amplia gama, los aceites esenciales más utilizados son:

- **Lavanda Orgánica:** a nivel emocional es un poderoso calmante y relajante en estados de nerviosismo, ayuda a conciliar el sueño y ayuda al alivio de dolores de cabeza de origen tensional.
- **Árbol de té:** maravilloso para calmar y desinfectar pieles con acné y tendencia a la grasitud.
- **Eucalipto Orgánico:** es el más popular en época invernal, ya que desinfecta, descongestiona y favorece la respiración.
- **Romero Orgánico:** muy recomendado como tónico capilar, es indicado para luchar contra la caída del pelo, para fortalecerlo y para eliminar la caspa.



También contamos con 5 diferentes roll-on de aromaterapia certificados Ecocert (elaborados con aceites orgánicos), los cuales permiten llevar los beneficios de los aceites esenciales en todo momento, pues son prácticos para tener consigo en la cartera o bolsillo.

### 3.- ¿Por qué es importante que los aceites esenciales estén certificados?

Los aceites esenciales que se utilizan con fines terapéuticos o cosméticos deben provenir de plantas botánicamente certificadas e idealmente de cultivos orgánicos, deben ser puros, botánicamente definidos y no mezclados con sustancias químicas que alteren su composición, de esta forma podemos utilizarlos con tranquilidad y obteniendo todo su potencial y amplios beneficios.

### 4.- Finalmente, ¿Qué novedades puede contarnos de Katmandú para este año?

Nuestra empresa – que ya cumplió 10 años – en su objetivo de mejorar el bienestar de las personas, este año ha certificado por Ecocert Chile 13 productos y esperamos sumar más el próximo año. Nuestra red de distribuidores también ha crecido permitiendo un mayor alcance tanto en Chile como en el extranjero. Y finalmente - podemos contarles - que realizamos cerca de 3 a 4 lanzamientos de nuevos productos cada año para adaptarnos mejor a las necesidades del público con un estilo de vida saludable.

