

### Qualité de nos produits et quelques règles d'usages

Dans cette page vous trouverez toutes les informations pertinentes concernant la qualité de nos produits ainsi que certaines mises en garde

### Les huiles essentielles NaturoSources

Une huile essentielle (HE) est un extrait de végétaux aromatique et volatile. Les huiles essentielles sont utilisées entre autres dans les cosmétiques, les parfums, les parfums d'ambiance et en aromathérapie. Les véritables huiles essentielles sont obtenues soit par distillation à la vapeur d'eau, soit par expression (essences) comme c'est le cas pour les zestes des citrus.

Exigez la mention H.E.B.B.D. Sur un flacon d'huile essentielle elle constitue une garantie de qualité.

H.E.B.B.D. : Huile Essentielle Botaniquement et biochimiquement Définie. Cette mention garantie et assure à nos clients l'origine et la nature exacte d'une huile essentielle y compris :

- l'espèce botanique exacte en latin pour éviter les confusions.
- La partie de la plante utilisée (l'organe producteur : feuilles, fleurs,... etc.)
- la spécificité biochimique (chénotype) variable selon l'époque et le lieu de récolte de la plante.

L'espèce botanique exacte : Les HE NaturoSources que vous achetez mentionnent l'espèce botanique exacte de la plante distillée, sous son nom latin, langue internationale des botanistes qui évite l'imprécision fréquente des appellations populaires, son nom en français et son nom en anglais. L'Eucalyptus, par exemple, comprend plusieurs centaines d'espèces et de variétés qui ne sont pas toutes aromatiques. Les diverses huiles essentielles d'Eucalyptus présentent de grandes différences de composition et donc d'action thérapeutique.

Partie de la plante utilisée : Les HE NaturoSources que vous acheteriez mentionnent aussi l'organe producteur car si certaines espèces sont distillées en "plante entière" comme la Menthe poivrée (*Mentha piperita*), d'autres produisent plusieurs HE différentes selon l'organe distillé. L'Oranger amer par exemple, *Citrus aurantium* var, amara, fournit deux HE, l'une à partir de ses feuilles (Petit Grain Bigarade) et l'autre, plus rare et plus finement parfumée, à partir de ses fleurs (Néroli Bigarade), ainsi qu'une essence extraite de l'écorce des zestes de ses fruits.

Spécificité biochimique ou Chémotype : Différents facteurs tels que l'ensoleillement, l'altitude, la nature et la composition du sol, peuvent influencer sur la biosynthèse végétale. Ainsi, une même plante élabore des essences différentes aux propriétés spécifiques. Afin de différencier dans une même espèce cette variation chimique, on utilise le terme de CHÉMOTYPE. Cette notion de chémotype est devenue essentielle et fondamentale en aromathérapie car les indications thérapeutiques qui découlent de ces divers éléments chimiques peuvent être très différentes. Le Romarin officinal (*Rosmarinus officinalis*) par exemple, selon qu'il est récolté au Maroc, en Provence ou en Corse, il produit trois HE aux propriétés très différentes. Celui du Maroc a une proportion plus élevée d'oxydes (1,8 cinéole, appelé autrefois eucalyptol), d'où notamment une action prépondérante au niveau broncho-pulmonaire. Celui de Provence est riche en camphre (20-30 %) et possède des propriétés intéressantes au niveau cardiaque. En Corse s'ajoutent deux molécules, l'acétate de bornyle et la verbénone, qui agissent plus particulièrement au niveau hépatique et digestif. Sur pratiquement tous les produits, NaturoSources effectue une analyse chimique (GC-MS : chromatographie) pour une évaluation quantitative et qualitative de l'huile essentielle.

Les HE NaturoSources que vous acheteriez mentionnent bien le chémotype comme garantie d'origine de la plante utilisée. Le chémotype permet aussi à nos clients de savoir le ou les composés chimiques majoritaires contenus dans les huiles pour une utilisation efficace et sécuritaire.

Mises en garde : Une huile essentielle est une substance active qui peut être dangereuse si mal employée. Avant d'utiliser une huile essentielle, prenez en compte les recommandations suivantes :

- Les huiles essentielles sont à éviter pour les femmes enceintes et les enfants de moins de 3 ans, sauf pour les personnes expérimentées dans l'emploi des huiles essentielles ou sur ordonnance d'un naturopathe.
- N'appliquez jamais d'huiles essentielles sur les muqueuses ou autour des yeux.
- Les huiles essentielles s'emploient en général très diluées sur la peau. Pures, elles risqueraient d'être dangereuses. Les huiles essentielles sont solubles dans l'huile ou l'alcool mais elles ne sont pas solubles dans l'eau.
- Les huiles essentielles ont toutes des propriétés différentes et donc des effets spécifiques. Il faut donc **se renseigner** avant d'employer une huile essentielle quelle qu'elle soit.
- Avant d'utiliser une huile essentielle, effectuez un essai d'application dans le pli du coude: appliquez 1 goutte d'huile essentielle diluée dans 1 cuillère d'huile végétale à la pliure du bras. Si vous observez une réaction dans les 24h, alors renoncez à cette huile essentielle.
- Si vous voulez employer les huiles essentielles pour vous soigner, parlez-en d'abord à un médecin, un aromathérapeute, un pharmacien ou herboriste.
- Ne jamais utiliser d'huile essentielle par voie orale sans l'avis d'un naturopathe ou d'un phyto-aromathérapeute qualifié. N'avez pas d'huile essentielle (hors prescription médicale).
- Conserver les huiles essentielles hors de portée des enfants, certaines sont des poisons mortels en cas d'ingestion.

**En cas de problème:** . En cas d'ingestion accidentelle, prendre 1 à 10 cuillerées d'huile végétale grasse. Consultez un médecin ou appelez un centre anti-poison ( 613-996-6666 CANUTEK ) . Évitez tout contact avec les yeux, oreilles! En cas d'accident (huile essentielle tombée dans l'œil), nettoyez et rincez la partie concernée avec de l'huile végétale (olive, tournesol... celle que vous utilisez pour votre salade ira très bien) pour rincer, Surtout pas de l'eau! Consultez un médecin spécialisé.

Conservation : Il est recommandé d'employer de stocker les huiles essentielles dans des flacons en verre ambre ou foncé, de manière à les protéger de la lumière, il faut éviter une trop forte température et un contact fréquent avec l'air (pas d'ouverture prolongée des flacons). Dans ces conditions, les huiles essentielles se conservent plusieurs années.

