

## RAVENSARA AROMATICA

*Ravensara aromatica* Sonnerat

Ravensare aromatique.

Arbre de la famille des Lauracées, originaire de Madagascar.



### Attention

**Les huiles essentielles de Ravensara Aromatica et Ravintsare ont très longtemps été confondues même par de grands aromathérapeutes...**

Ainsi, dans les ouvrages, vous trouverez souvent la description de la "Ravensara Aromatica", alors que les propriétés décrites sont celles de la "Ravintsare" (*Cinnamomum Camphora*)

Aussi, si vous cherchez *l'huile à chémotype 1,8-cineole*, **achetez l'huile de RAVINTSARE** et non celle de Ravensara Aromatica qui n'a pas la même composition.

## L'HUILE ESSENTIELLE CHÉMOTYPÉE

**Organe distillé** : feuilles – Distillation complète par entraînement à la vapeur d'eau

**Origine** : Madagascar et région de l'Océan Indien, les Indes – **Culture** : sauvage

**Conservation** : au sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière

### Propriétés Organoleptiques

**Aspect** : liquide mobile limpide – **Couleur** : incolore à jaune pâle

**Odeur** : fraîche, aromatique, légèrement épicée et anisée

(Densité : 0.879 – Point éclair (température à laquelle le produit devient inflammable) : 49°C)

### Composants principaux

**Monoterpénols** : *linalol*... – **Monoterpènes** : *limonène*, *sabinène*... – **terpinéol**, *eucalyptol*...

**Phénols terpéniques** : *méthyl-eugénol*... – Oxydes : 1,8-cinéole

Phénylpropanoïde : élémicine – Sesquiterpènes... – Esters : acétate de bornyle

### Propriétés essentielles

- Anti-infectieux, antiseptique des voies respiratoires

- Tonique, décontracturant – rééquilibre le système nerveux – préparateur du sommeil

### Indications

- Bronchite, rhino-pharyngite, sinusite, coqueluche.

- **Stress**, nervosité, fatigue – Herpès, acné, infections cutanées.

## Usage externe

**Certains composés naturels** contenus dans cette HE peuvent présenter **un risque d'allergie chez certaines personnes sensibles lorsque l'HE est incorporée dans une composition cosmétique** (selon le 7ème Amendement de la Directive Européenne relative aux produits cosmétiques (2003/15/CE)) : *limonène*, *linalol*. **En règle générale, faites toujours un test d'application de votre préparation, dans le pli du coude, au moins 48h avant de l'utiliser.**

- **Frictions, massages** +++

- **Onctions locales huileuses** : 5 à 10 % dans de l'huile végétale.

**Angoisse chez l'adulte** (Selon Willem)

HE Lavande vraie, Ravensare aromatica et Camomille noble : 10 ml chaque

*Appliquez 5 gouttes de cette préparation sur le plexus solaire, 2 ou 3 fois par jour, pendant 3 semaines.*

- **Inhalation** : 3 à 5 gouttes dans un bol d'eau bouillante pendant 20 minutes.

- **Bain** : 5 à 8 gouttes.

- **Diffusion** ++

## Usage interne

**NON car TOXIQUE**