

Huiles essentielles et eaux florales

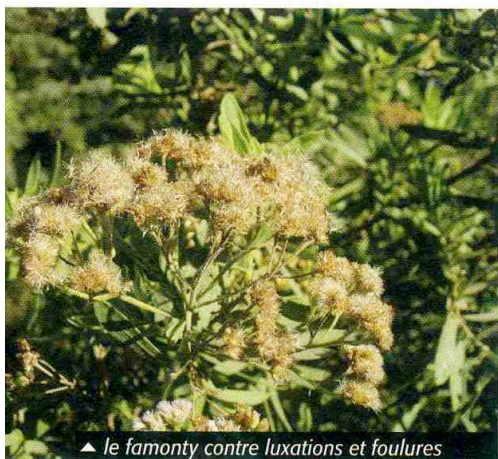
■ Essences, huiles essentielles, eaux florales, hydrolats... L'extraction des substances odorantes des plantes aromatiques nécessite principalement l'utilisation de deux procédés : l'expression à froid, une technique limitée au zeste des agrumes dont on obtient une « essence » comme l'essence de Citron, de Bergamote, etc. ; et la distillation à la vapeur d'eau, dans un alambic, qui permet d'extraire les huiles essentielles et dont l'eau de distillation donne les « eaux florales » ou hydrolats...

▲ Géranium

■ Par Simon Lemesle* texte et photos

Sur les huiles essentielles

Pour la production d'une huile essentielle, la plante distillée doit être correctement définie (nom du genre et de l'espèce botanique, partie extraite) et l'huile essentielle soigneusement analysée par chromatographie, méthode qui permet de déterminer les molécules qu'elle contient. Pour certaines plantes, il sera nécessaire d'indiquer le chémotype, soit le composant chimique principal ou distinctif permettant de différencier, pour une même espèce botanique, plusieurs huiles essentielles possédant des propriétés et contre-indications spécifiques à chacune. Le Ravintsara illustre



▲ le famonty contre luxations et foulures

parfaitement cette particularité : une huile essentielle obtenue par la distillation des feuilles de *Cinnamomum camphora*, un camphrier, contiendra majoritairement de l'eucalyptol si celui-ci est d'origine malgache, tandis que sa composition sera essentiellement en camphre et linalol s'il provient d'autres contrées...

D'une grande puissance, les huiles essentielles sont à utiliser avec prudence : en application externe diluée dans une huile végétale pour une grande majorité d'entre elles, dans un diffuseur de qualité, en bain correctement dissoutes dans du lait par exemple, en inhalation ou encore en olfaction. L'usage interne peut-être conseillé dans de l'huile végétale alimentaire ou du miel à des quantités limitées et sur de courtes périodes par mesure de précaution. Nous éviterons l'usage des huiles essentielles chez les jeunes enfants et les femmes enceintes. Remarquons enfin que les huiles essentielles sont très diversement tolérées suivant le type de peau mais aussi pour une même huile essentielle suivant la qualité de la production. D'une qualité très variable suivant le mode de culture, de cueillette, les conditions climatiques, les huiles essentielles sont à l'image de leur terroir mais aussi du savoir-faire du cueilleur et du distillateur. Les garanties "bio" apparaissent évidentes quand on constate l'influence des traitements chimiques sur la composition des huiles essentielles... et lorsque l'on s'inté-

Les garanties « bio » apparaissent évidentes quand on constate l'influence des traitements chimiques sur la composition des huiles essentielles

resse au respect de la Terre. Les "labels" commerciaux se limitent à la garantie botanique (espèce définie) et biochimique (analyse par chromatographie) mais ne renseignent pas sur la véritable qualité d'une huile essentielle ni sur son efficacité cosmétique et sa tolérance cutanée.

La biochimie et ses limites...

Acquérir des connaissances sur la biochimie des huiles essentielles peut paraître quelque peu déroutant mais semble incontournable, notamment pour un bon usage en cosmétique. En effet la biochimie nous signale le caractère irritant de certaines huiles essentielles par la présence, par exemple, de molécules de la famille des aldéhydes, de phénols qui seront à proscrire en cosmétique. Citons aussi l'effet révulsif des monoterpènes et photosensibilisant d'une majorité d'essences d'agrumes. À l'inverse, les molécules de la famille des monoterpénols, des sesquiterpènes, par exemple, possèdent une excellente tolérance cutanée et



▲ Niaouli



▲ Ravintsara

les huiles essentielles en contenant une majorité seront en premier lieu sélectionnées pour les soins de la peau.

Ces généralités ne sont cependant pas des règles strictes. Au sein des familles aromatiques, chaque molécule a ses propres caractéristiques et leur synergie donne toute leur valeur aux huiles essentielles. Nous pouvons considérer que cet équilibre potentialise l'action des molécules séparées, voire amoindrit ou annule la nocivité de certaines autres. Composée de plusieurs centaines de molécules, l'action d'une huile essentielle ne peut donc se résumer à celle de ses molécules principales.

Que dire donc de la confusion qui est faite entre l'aspect allergisant de certaines molécules présentes dans les huiles essentielles ? En appliquant les directives d'étiquetage des allergènes⁽¹⁾ de nombreuses huiles essentielles, aujourd'hui commercialisées et utilisées avec plaisir et satisfaction, peuvent être qualifiées de produits allergisants.

La pratique nous conforte dans une tout autre vision : les huiles essentielles, lorsqu'elles sont utilisées correctement, sont très bien tolérées par la peau et offrent d'excellents résultats en cosmétique comme cicatrisant, régénérant, tonifiant, nettoyant, protecteur... Citons l'incontournable Lavande vraie, le Géranium bourbon (régénérant), le Niaouli (purifiant et protecteur) et la célèbre Hélichryse italienne.

Et les eaux florales ?

Considérées à tort comme la version adoucie ou homéopathique des huiles essentielles, elles sont spécifiques dans leurs propriétés et leurs modes d'utilisation. Leur douceur, leur simplicité d'usage et la possibilité de les incorporer dans les formulations, indique tout particulièrement l'usage pour la peau. Elles méritent ainsi une place de premier choix en cosmétique végétale.

Quelques mots sur la qualité des eaux florales qui est encore plus sujette à débat que celle des huiles essentielles. C'est un produit de qualité très variable suivant le temps de distillation, facilement falsifiable, utilisé par

La meilleure garantie, pour les eaux florales comme pour les huiles essentielles, est de se les procurer au plus près des producteurs

des consommateurs encore assez peu avertis et donc peu sensibles aux différences... des conditions idéales pour laisser fleurir des "eaux aromatiques" à la qualité suspecte. La meilleure garantie, pour les eaux florales comme pour les huiles essentielles, est de se les procurer au plus près des producteurs et de s'intéresser avant tout à l'arôme et à l'efficacité pour être en mesure de juger par vous-même de la qualité d'une production.

Chargées en molécules solubles dans l'eau, les eaux florales possèdent une "matière active" aromatique que l'on peut quantifier (pourcentage de la partie aromatique de l'eau florale) et qualifier (types de molécules). La composition d'une huile essentielle et de son eau florale peut être très différente et ainsi nous orienter vers des applications propres à chacune.

Deux exemples avec tout d'abord le Romarin chémotype verbénone⁽²⁾ qui contient environ 10% de verbénone (famille des cétones) dans l'huile essentielle et plus de 50% dans la partie aromatique de l'eau florale. Cette donnée nous intéresse notamment en cosmétique lorsque l'on sait que les cétones ont d'excellentes actions sur la peau. Nous avons là une eau florale déjà bien connue pour ses propriétés purifiantes et tonifiantes, conseillée pour les peaux grasses.

Autre exemple avec une plante endémique du Sud de Madagascar, le Famonty⁽³⁾. Son huile essentielle se caractérise par des taux importants de sesquiterpènes et sesquiterpénols et l'eau florale par un fort taux d'acides "aromatiques". Ces derniers sont très rarement présents dans les huiles essentielles car hydrosolubles et référencés comme d'excellents anti-inflammatoires. La distillation les concentre dans les eaux florales et concernant le Famonty nous éclaire

sur ses effets apaisants et protecteurs.

Nous observons aussi parfois une composition reflétant des artefacts⁽⁴⁾ de distillation avec l'apparition de molécules issues des réactions d'hydrolyses donnant à l'eau florale une composition tout à fait originale. Nous restons ici dans une perspective purement biochimique, comme nous venons de le faire pour les huiles essentielles, ne prenant en compte que les relations entre les structures moléculaires et les activités thérapeutiques qui leur sont attribuées. Mais bien d'autres aspects particuliers des eaux florales et des huiles essentielles doivent être appréciés. Je souhaite œuvrer personnellement à une approche globale des plantes aromatiques unissant les connaissances apportées par les sciences analytiques (botanique, écologie, biochimie, tests...), par les usages traditionnels, ainsi que le savoir acquis par une investigation sensible basée notamment sur l'arôme ■



*Simon Lemesle, agronome, Responsable de la société Bio'Mada, production et importation d'huiles essentielles de Madagascar.

Notes :

- 1 : Directive 2003/15/CE du Parlement Européen.
- 2 : Distillation des parties aériennes de *Rosmarinus officinalis* chémotype verbénone.
- 3 : Distillation des parties aériennes de *Pluchea grevei*, famille des Astéracées.
- 4 : Lors de la distillation, l'influence de la température et de la vapeur d'eau induit des modifications plus ou moins importantes de l'essence aromatique contenue dans la plante à l'origine.

Pour en savoir plus :

Bio'Mada,
Huiles Essentielles de Madagascar
21 rue de Beauce
41600 LAMOTTE BEUVRON
Tel: 02 54 83 01 35
www.biomada.com