

# BOIS DE ROSE



## Résumé

Le bois de rose provient d'un arbre poussant à l'état sauvage en Amazonie et à Madagascar. Son huile essentielle est très concentrée en linalol. Bien qu'allergène, le linalol possède de nombreuses vertus : antiseptique et anti-infectieuse, etc. Cette huile permet la régénération des tissus, raffermi et adoucit la peau et on lui prête même des propriétés aphrodisiaques, notamment pour les femmes.

## Synthèse



Infections ORL	+	++		++	++
Soin de la peau, rides...		+++			
Infections urogénitales		+++	+		
Asthénie, surmenage, dépression	+	++	+	+	++
Constipation	++	++			
Troubles du sommeil				++	++

## Descriptif

On raconte que le bois de rose fut découvert par des botanistes en 1925 au Brésil.

Le "bois de rose" est un arbre de la famille des lauracées. Il apprécie l'ombre des forêts humides. Il peut atteindre 40m de hauteur et 1m de diamètre. Son feuillage est persistant, son écorce et le cœur du bois de l'arbre sont de couleur rouge/rosée. Ses petites fleurs sont jaunes or. On retrouve cet arbre en Amérique du Sud (Brésil, Guyane...). L'huile essentielle de bois de rose est distincte de la fleur de rose. L'huile essentielle de bois de rose est extraite par distillation à la vapeur des feuilles et rameaux de l'arbre.

Le bois de rose a fait l'objet d'une surexploitation pour la production de meubles notamment mais aussi parce que ca

fragrance était appréciée des parfumeurs. Cela a engendré une déforestation et l'extinction de certaines espèces. De ce fait, cette huile essentielle est de plus en plus rare. On peut la remplacer par une huile proche : le Bois de Hô. Le production est encore permise à la seule condition que la plante provienne d'une culture et non pas d'un milieu sauvage. En utilisant seulement, les rameaux et les feuilles, il est possible de préserver l'arbre afin qu'il poursuive sa croissance. Un programme de reforestation (1 arbre coupé pour 10 arbres replantés) a été lancé en Amazonie française (Guyane).

Les indiens d'Amazonie se servent du bois de rose depuis des milliers d'années pour soigner les blessures et les plaies. La riche composition de l'huile essentielle de Bois de Rose en linalol (alcool monoterpénique), lui confère de puissantes propriétés anti-infectieuses agissant sur les bactéries, les virus, les champignons mais aussi les parasites.

On l'utilise aussi pour ses propriétés astringente et régénérant cutané. Elle "crispe" les muqueuses et resserre les tissus cutanés. En raffermissant ainsi les tissus, elle est idéale pour de nombreux soins de peau.

Elle exerce aussi une action contre la fatigue physique et la fatigue sexuelle, et est également positivante, ce qui en fait une huile souvent utilisée en cas de surmenage et de légère dépression.

L'huile essentielle de bois de rose dégage un parfum doux et agréable. En diffusion, l'huile essentielle de bois de rose est propice à un temps de détente.

## Propriétés

L'HE de Bois de Rose possède les propriétés principales suivantes :

- Anti-infectieuse à large spectre : bactéricide, virucide, fongicide ++++
- Tonique et stimulante générale et notamment immunitaire ++
- Tonique cutanée ++
- Réénergisante du tonus nerveux +++
- Calmante, relaxante, sédative ++
- Tonique du péristaltisme intestinal ++

## Indications

- Infections ORL et broncho-pulmonaires : otites, sinusites, bronchiolites, grippe ++
- Infections urogénitales : cystites, pyélonéphrites, vaginites, vulvites +++
- Asthénie nerveuse, surmenage intellectuel, dépression nerveuse +++
- Mycoses cutanées, gynécologiques et unguéales ++
- Piqûre d'insecte +
- Toutes infections chez le bébé +++
- Relâchement tissulaire : rides et ridules +++
- Cicatrices, escarres vergetures ++
- Acné ++
- Trouble du sommeil : insomnies légères, difficultés d'endormissement +++
- Constipation du nourrisson et du sénior +++

## Voies d'administration

- Voie interne: Oui
- Voie cutanée: Oui (à diluer)
- Diffusion: Oui
- Inhalation: Oui
- Bain : Oui (à diluer)

## Exemples d'utilisation

### Voie interne

**Asthénie intellectuelle ou nerveuse** : Préparer la synergie suivante : HE Bois de rose 3ml, HE épinette noire 1ml, HE Laurier noble 1ml, HE (essence) Pamplemousse 1ml et HV Noyau d'abricot 4ml. Déposer 3 gouttes sur un support neutre ou un peu de miel et avaler le tout. 2 ou 3 fois par jour. En complément, appliquer 3 gouttes sur le face interne des poignets, joindre les poignets et respirer à volonté.

**Infection gynécologique** (adultes et adolescentes) : 1 goutte d'HE de Bois de Rose sur un comprimé neutre, à avaler 3 fois par jour.

### Voie cutanée

Cette HE ne présente pas d'agressivité pour la peau (sauf allergie au linalol).

**Infections (pour > 6 ans)** : 5 à 7 gouttes d'HE pure ou diluée dans une HV en friction sur l'organe ciblé.

**Infections urinaires et gynécologiques** (pour adultes) : préparer la synergie suivante : HE Bois de rose 4ml, HE Clou de Girofle 4ml, HE Camomille noble 2ml, HE Basilic tropical 2ml, HE Lemongrass 1ml, HV de noyaux d'abricot 5ml. Appliquer une quinzaine de gouttes sur le bas ventre 4 à 6 fois par jour pendant 5 jours. Pour les enfants de 3 à 7 ans, diviser la dose adulte par deux.

Autre synergie possible (adultes et adolescents) : 5 ml d'HE de Bois de Rose, 5 ml d'HE de Palmarosa, 5 ml d'HE de Tea Tree et 15 ml d'HV de Macadamia. Appliquer 5 gouttes du mélange en massage au niveau du bas ventre. A renouveler 2 fois par jour.

A noter que le Tea Tree seul est également très efficace et peu onéreux. Appliquer 2 gouttes d'HE de Tea Tree dans 8 gouttes d'HV, en massage sur le bas ventre.

**Rides, ptoses tissulaires** : Préparer la synergie suivante : 0,5ml d'HE de Bois de rose, 0,2ml de Camomille noble, 0,2ml d'Eucalyptus mentholé, 0,1ml de Rose de damas et 14ml d'HV d'argan. Appliquer localement matin et soir. Il est aussi possible d'ajouter quelques gouttes dans une crème de soin ou des sérums pour les soins du visage.

**Massage sensuel** : En synergie avec des huiles végétales dans le contexte d'un massage amoureux.

**Fatigue, stress** (adultes et adolescents) : Quelques gouttes pures en massage léger sur le plexus solaire. Il est possible aussi d'appliquer 1 goutte d'HE de Bois de Rose dans 4 gouttes d'HV, sur le bas de la colonne vertébrale, 2 fois par jour pendant 10 jours.

**Infections ORL (> 3 ans)** : Mélanger 1 goutte d'HE de Bois de Rose dans 4 gouttes d'HV. Appliquer sur le thorax et masser légèrement. Vous pouvez également utiliser la synergie suivante (> 3 mois) : 1 goutte d'HE de Bois de Rose, 1 goutte d'HE de Ravintsara et 1 goutte d'HE de Niaouli. Appliquer sur le thorax et le dos et masser légèrement. À renouveler 2 fois par jour.

**Croûtes de lait sur visage du bébé** : mélangez deux gouttes d'HE de bois de rose, une goutte d'HE de Tea Tress dans dix gouttes d'HV d'amande douce ou de germe de blé. Masser doucement les zones touchées à l'aide de cette préparation matin et soir jusqu'à amélioration.

### Diffusion

**Parfum d'ambiance** : 2 gouttes d'HE sur un support décoratif (galet en bois par ex)

**Assainissement, immunité** : seule ou en synergie, cette HE est parfaite pour assainir l'air ambiant, tout en remontant le moral.

**Dépression** (pour > 6 ans) : préparer la synergie suivante : 4 ml d'HE de Bois de Rose, 3 ml d'HE d'Ylang-Ylang Complète, 1 ml d'HE de Camomille romaine, 1 ml d'HE d'Encens et 1 ml d'HE de Myrrhe. Verser quelques gouttes de ce mélange (voir la notice de votre diffuseur) et diffuser par plage de 30 minutes maximum.

A noter que le Néroli est très efficace également contre la dépression : par voie cutanée, 1 goutte d'HE de Néroli dans 4 gouttes d'HV à appliquer sur la face interne des poignets et sur le thorax, matin et soir.

## **Inhalation**

## **Bain**

**Tonus** : Mélanger 10 gouttes dans un verre de lait et verser le tout dans l'eau du bain.

## **Entretien**

## **Synergie avec d'autres huiles essentielles**

Arbre à thé, romarin, cèdre, citron, ylang ylang, santal, lavande, lentisque pistachier, géranium, hélichryse italienne, litsée citronnée, marjolaine à coquille, petit grain bigarade..

## **Précautions d'utilisation**

### **Utilisateurs autorisés**

- Adultes, adolescents et enfants de plus de 3 ans
- Ne pas utiliser chez la femme enceinte de moins de 3 mois ou chez la femme allaitante

### **Risques d'utilisation**

Il est préférable de tester l'huile essentielle avant de l'utiliser (deux gouttes au creux du coude pendant au moins 24 heures afin de vérifier qu'il n'y a pas de réaction).

- Ne pas laisser les flacons d'huiles essentielles à la portée des enfants.
- Se laver les mains avant et après avoir utilisé des huiles essentielles.
- Eviter chez les personnes atteintes d'un cancer hormonodépendant.
- Eviter chez les asthmatiques.
- La voie orale ne peut être utilisée que pour les adultes et enfants de + de 6 ans.
- Les femmes enceintes de plus de 3 mois, les enfants et les bébés peuvent utiliser cette huile essentielle en diffusion atmosphérique sur une courte durée.
- Allergènes : linalol
- Dangers : H315, H317, H318, H411

## **Ne pas confondre**

Très différent de l'huile essentielle de Rose mais proche du Bois de Hô.

## Indications techniques

### Caractéristiques générales

- Nom botanique: Aniba rosaeodora var. amazonica Ducke
- Autres noms: Rosewood
- Famille: Lauracées
- Origine: Brésil, Guyane, Madagascar
- Partie de la plante: Copeaux ou feuilles sur rameaux
- Méthode d'extraction: Distillation à la vapeur
- Toxicité: Faible
- Rendement:
- Récolte:
- CAS: 8015-77-8
- EINECS : 281-093-7

### Caractéristiques biochimiques

Les composants de cette huile essentielle sont listés ci-dessous par ordre décroissant de quantité, ceux figurant en gras étant les molécules les plus représentatives de l'huile essentielle. Les pourcentages précis de chaque composant dépendent des lots analysés.

En général, la composition est proche de :

- Monoterpénols : linalol (70 à 95%), géraniol (< 3%)
- Sesquiterpènes : alpha-copaène (< 1%)
- Oxydes : cis-oxyde de linalol (<=1%), trans-oxyde de linalol (<1%)

Composants allergènes : linalol (70 à 95%), géraniol (< 3%), benzoate de benzyle (< 2%), limonène (< 1%).

Sa grande concentration en linalol la rend sensible à l'oxydation.

### Caractéristiques physiques

- Densité à 20°C : 0,870 à 0,890
- Indice de réfraction à 20°C : 1.455 à 1.480
- Pouvoir rotatoire à 20°C : -5° à +5°
- Point éclair : +65°C à +80°C

### Caractéristiques organoleptiques

- Aspect : liquide mobile
- Couleur : incolore à jaune pâle
- Odeur : douce, caractéristique, rafraichissant, fleuri, légèrement boisé

*Respecter les précautions d'emploi des huiles essentielles. Pour tout usage des huiles essentielles dans un but thérapeutique, consultez un médecin. Les huiles essentielles ne sont pas des médicaments et ne peuvent en aucune façon se substituer à une prescription médicale. Les informations données sur le site ne font pas office de prescription, elles restent des données à titre informatif, elles n'engagent en rien notre responsabilité et ne remplacent pas les conseils d'un spécialiste. Le texte, les propriétés connues, les exemples d'utilisations et les voies d'administrations décrites sur cette fiche sont des informations générales tirées de bibliographies faisant autorité dans le milieu des huiles essentielles et de l'aromathérapie. Vous trouverez sur ce site une bibliographie listant des ouvrages de référence et des articles de recherche scientifique.*

*Les huiles essentielles sont sensibles aux rayonnements UV ainsi qu'à l'évaporation progressive de leurs constituants. Il est donc impératif de conserver vos huiles essentielles dans un flacon en verre coloré ou en aluminium à fermeture étanche à une température comprise entre 5°C et 40°C.*