

SARO



Résumé

L'huile essentielle de Saro possède notamment de formidables propriétés antivirales qui permettent de fortifier l'immunité. Elle joue aussi un rôle actif au niveau de sphère respiratoire grâce à son action expectorante et mucolytique. On l'utilise souvent comme substitut du Ravintsara. C'est une huile essentielle anti-infectieuse à large spectre.

Synthèse



Infections virales et bactériennes des voies respiratoires	++	++++	+	+++	+++
Infections urinaires ou gynécologiques	++	+++	+		
Infections buccodentaires	+	+++			
Fatigues profondes et dépressions nerveuses	++		+	++	++
Infections parasitaires	+++	++	+		
Infections dermatologiques	+	++	+		

Descriptif

Le mandragasarotra, plus communément appelé Saro, est une plante endémique de Madagascar. Cet arbre toujours vert et très aromatique peut atteindre 5m de haut. Les branches sont anguleuses, les feuilles alternes et très persistantes. Les fleurs hermaphrodites et régulières donneront des fruits semblables à des baies. Le Saro est très présent dans les forêts denses et sèches du nord-ouest sur des sols siliceux des régions côtières en dessous-de 800 mètres d'altitude.

En malgache, son nom signifie "qui tient le mal éloigné" ou "remède contre les sortilèges". Cette plante est très utilisée par les populations de l'ouest de l'île. Dans cette région de Sakalava, on l'appelle *Motrobeatiagnana* ou *Motrobeatianina*, ce qui signifie "grand feu dans les entrailles" car toute sa partie aérienne a une saveur piquante et brûlante. Comme il existe différents dialectes, on la trouve aussi sous le nom de *Fanalamangidy*, "qui ôte l'amertume" ou *Mangidymanitra*, "qui sent l'amertume" ou *Sakarivohazo*, "bois de gingembre" ou encore *Sakaihazo* "bois de piment"...

Le Saro est souvent utilisé comme substitut du Ravintsara. Son parfum est assez délicat, plus "rosé". Son taux de 1,8 cinéole est inférieur à celui du ravintsara ce qui lui donne l'avantage dans les formulations de pédiatrie.

Propriétés

Sa forte concentration en 1,8-cinéole la rend irritante pour les voies respiratoires, tandis que les terpènes présents la rendent irritante pour la peau. Cependant toutes les voies d'utilisation sont possibles sous réserve de respecter les dilutions prescrites. Elle est très proche du ravintsara.

- Antivirale ++++ : l'HE de Saro contient du beta pinène et du 1,8-cinéole, substances qui empêchent le développement des virus et leur propagation dans l'organisme. Elle agit notamment sur le virus de l'herpès.
- Antibactérienne ++ : l'HE de Saro est active sur les germes responsables d'infections urinaires, pulmonaires et intestinales, et sur de nombreux autres germes (staphylocoques, etc.).
- immunostimulante ++
- Anticatarrhale, expectorante +++ : le 1,8-cinéole stimule les glandes des muqueuses respiratoires. Il fluidifie les sécrétions et favorise leur expulsion des voies respiratoires.
- Astringente cutanée : elle permet de resserrer les pores de la peau et de lutter contre les rides et les vergetures.
- Relaxante et neurotonique ++ : aide à lutter contre la fatigue, l'asthénie et la dépression.
- Antifongique + : le 1,8-cinéole possède des propriétés antifongiques. L'HE de Saro sera efficace contre les candidoses et les dermatophytoses.
- Elle possède aussi quelques propriétés secondaires : anti-inflammatoire, anti-oxydante et spasmolytique.

Indications

- Infections virales et bactériennes : Rhumes, gripes, bronchite, catarrhe, sinusite, rhino-pharyngites, angine, autres infections respiratoires, otites ++++
- Infections urinaires ou gynécologiques : cystites, vaginites, urétrites +++
- Infections bucco-dentaires : gingivites, stomatites, aphtes ++
- Dépressions nerveuses ++
- Infections dermatologiques : mycoses cutanées et vaginales ++
- Infections parasitaires +++
- Diarrhées, dysenteries, fermentations ++

Peut aussi être utilisé en cas de choc émotionnel fort ou de chagrin.

Voies d'administration

- Voie interne: avec prudence ou sous avis médical
- Voie cutanée: Oui (à diluer car irritant pour la peau)
- Diffusion: Oui mais à petite dose car irritant pour les voies respiratoires ou en synergie avec d'autres HE
- Inhalation: Oui mais avec prudence car irritante
- Bain: Oui (bien diluée)

Exemples d'utilisation

Voie interne

Déconseillé sans avis médical.

Gripes, infections respiratoires, buccales, urinaires ou gynécologiques : 2 gouttes d'HE de Saro dans du miel, huile végétale d'olive ou sucre de canne sous la langue, 3 à 4 fois par jour. Permet de soutenir aussi les défenses naturelles.

Voie cutanée

Sinusite, rhinite : 3 gouttes d'HE de Saro sur le front 3 à 4 fois par jour.

Symptômes grippaux, ou respiratoires, atteintes de la sphère ORL (pour adultes) : 8 gouttes sur le thorax 6 fois par jour. Il est préférable cependant de la diluer un peu (**dès 3 ans et pour adultes**) : 1 goutte de Saro dans 4 gouttes d'huile végétale à répartir dans le bas du dos, le long de la colonne vertébrale et sur le thorax, 4 à 5 fois par jour, jusqu'à amélioration.

En périodes d'épidémies contagieuses (ou de pandémie) appliquer sur le thorax, le dos et sur la plante des pieds (préventivement et curativement) quelques gouttes d'HE de Saro pour vous protéger contre les agressions bactériennes et virales.

Pour age > 3 mois, on peut aussi préparer la synergie suivante : 2 ml d'HE de Saro, 2 ml d'HE de Lavande vraie et 6 ml d'huile végétale d'amande douce. Appliquer 2 gouttes du mélange sur les pieds ou sur le dos, matin et soir durant la période à risque.

Fièvre : préparer la synergie suivante : 3 ml d'HE de Saro, 2 ml d'HE de Manarde fistuleuse, 1 ml d'HE de Romarin CT verbénone, 1 ml d'HE de Sapin baumier et 8 ml d'HV de noyau d'abricot. Appliquer 20 à 25 gouttes de ce mélange sur le thorax et le dos en alternance 4 à 6 fois par jour pendant 5 à 7 jours.

Massage tonifiant : 5% d'HE de Saro et 95% d'huile végétale. Masser tout le corps.

Infection urinaire ou gynécologique : quelques gouttes de Saro sur le bas du ventre et bien frictionner. A noter que l'HE de Sarriette des Montagnes sera encore plus efficace : 1 goutte dans 9 gouttes d'huile végétale en massage sur le bas ventre, 3 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

Otite : une goutte derrière chaque oreille et masser doucement.

Panaris : préparer la synergie suivante : 1 ml d'HE de Saro, 1 ml d'HE de Tea tree, 1 ml d'HE de Cyprès de Provence et 7 ml d'HV d'Hélichryse italienne. Appliquer localement 6 fois par jour jusqu'à guérison.

Rhume des hanches : Préparer la synergie suivante : 3 ml d'HE de Saro, 2 ml d'HE de Monarde fistuleuse, 1 ml d'HE d'Épinette noire et 9 ml d'HV d'Hélichryse italienne. Pour les enfant de plus de 3 ans, appliquer 20 gouttes de ce mélange 6 fois par jour sur la surface dorsale. Pour les bébé de 12 à 30 mois, appliquer 10 gouttes 6 fois par jour sur la surface dorsale.

Soutient à l'immunité (pour + de 6 ans) : Préparer la synergie suivante : 3 gouttes d'HE de Saro, 2 gouttes d'HE de Tea Tree, 1 goutte d'HE de Thym à Thujanol et 1 goutte d'HE de Sarriette des Montagnes. Avaler 2 gouttes du mélange dans une cuillère d'huile d'olive, 4 fois par jour. Massez également 8 gouttes de ce mélange sur le bas-ventre et le bas du dos, 4 fois par jour jusqu'à amélioration.

Zona, herpès : L'HE de Saro peut être utilisée mais le Niaouli sera encore plus efficace : 2 gouttes pures de Niaouli directement sur l'herpès, toutes les 2 heures, jusqu'à disparition de l'herpès.

Diffusion

Purification de l'air ambiant : préparer une synergie à base d'essences d'orange douce, de citron, de mandarine, de pamplemousse ou de bergamote. Ajouter des huiles essentielles telles que l'eucalyptus radiata, le ravintsara, le bois de rose, la lavande, le tea tree, le pin sylvestre ou le saro. A diffuser selon les préconisations de votre diffuseur.

Inhalation

Congestion respiratoire, rhinopharyngite, rhume (pour + 3 ans) : c'est une huile qu'on peut utiliser dans un sauna pour dégager le système respiratoire. On peut aussi en mettre quelques gouttes sur un mouchoir à inhaler au besoin. Permet de bénéficier aussi des ses vertus relaxantes et toniques.

Bain

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

Pour la maison

Sans objet.

Synergie avec d'autres huiles essentielles

Géranium rosat, tea tree, manuka ou essences d'agrumes.

Précautions d'utilisation

Utilisateurs autorisés

- Adultes et adolescents
- Ne pas utiliser chez la femme enceinte de moins de trois mois.
- Ne pas utiliser chez l'enfant de moins de 3 ans
- Ne pas utiliser en cas d'antécédents d'épilepsie ou de convulsion.

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).

- La voie orale est réservée à la prescription thérapeutique
- Dermocaustique à forte dose
- Prudence pour les asthmatiques et les épileptiques.
- Ne pas utiliser en diffusion ou inhalation chez mes patients présentant des dessèchements de la cornée
- Prudence chez les personnes sous immunosuppresseurs.
- Dangers : H226, H304, H317, H411
- Eviter d'utiliser les HE riches en 1,8 cinéole chez les enfants de moins de 6 ans, notamment sur le visage, le cou ou le haut de la poitrine.

Ne pas confondre

Sans objet.

Indications techniques

Caractéristiques générales

- Nom botanique: Cinnamosma fragrans baillon
- Autres noms: Saro, Mandravarotra, Fanalamangidy
- Famille: Canellacées
- Origine: Madagascar
- Partie de la plante: Feuilles
- Méthode d'extraction: Distillation à la vapeur

- Toxicité: Modérée
- Rendement:
- Récolte:
- CAS:
- EINECS :

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.

- Oxydes terpéniques : 1-8 cinéole
- Monoterpènes : alpha-pinène, bêta-pinène, gamma-terpinène, limonène, sabinène
- Monoterpénols : alpha-terpinéol, linalol, terpinène-4-ol

En général, la composition est proche de :

- Oxydes terpéniques : 1,8 cinéole (eucalyptol) (40 à 50%)
- Monoterpènes : alpha-pinène (4 à 5,5%), sabinène (6 à 12%), beta-pinène (5 à 10%), limonène (< 10%)
- Monoterpénols : terpinène-4-ol (2 à 4%), linalol (< 10%)

L'huile essentielle de Saro contient plusieurs composants biochimiques allergènes :

- Limonène (≤ 10 %)
- Linalol (≤ 10 %)
- Citral (≤ 2 %)
- Géraniol (≤ 0,2 %)

Caractéristiques physiques

- Densité à 20°C : 0.890 à 0.900
- Indice de réfraction à 20°C : 1.465 à 1.475
- Pouvoir rotatoire à 20°C : -10° à 30°
- Point éclair : +45°C

Caractéristiques organoleptiques

- Aspect : liquide mobile limpide
- Couleur : jaune pâle à jaune foncé
- Odeur : fraîche, montante, agréable

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.