

ENCENS BOSWELLA CARTERII

Réf.: 10

Cette huile s'utilise pour soulager les tensions nerveuses et dépressions. Appliquée en frictions, elle est aussi connue comme anti-infectieux des voies respiratoires et pour stimuler les défenses immunitaires.

L'encens est le nom donné à la **résine d'un arbuste à petites fleurs blanches ou roses : le Boswellia**. Des incisions sont faites sur son tronc afin de récupérer la substance résineuse blanchâtre et aromatique qui deviendra orangée en durcissant.

Substance sacrée entre toutes, l'encens est probablement la résine la plus connue dans le monde pour ses **vertus en matière de préparation aux méditations et rituels**.

Quel que soit la culture ou la religion, l'encens est perçu comme le **lien de communication par excellence entre les humains et les puissances célestes**. Utilisé dans l'Antiquité par les égyptiens, les grecs et les romains, le christianisme perpétue son utilisation car l'Encens fait partie des cadeaux apportés au Christ par les rois mages. L'huile essentielle, **expectorante et anti catarrhale**, est utilisée **en inhalation ou en massage pour dégager les voies respiratoires**.

Antidépresseur : l'huile essentielle d'Encens permet de lutter contre les symptômes d'une dépression.

Anti-infectieuse : l'huile essentielle d'Encens contient des mono terpènes qui empêchent le développement de champignons, et des bactéries Gram+ et Gram-.

Anti-inflammatoire : les carbures sesquiterpéniques, présents en faible quantité dans l'huile essentielle d'Encens permettent de traiter les inflammations, résultats de la réponse immunitaire de l'organisme face à une agression subie.

Cicatrisante : l'alpha pinène augmente la réparation des tissus de la peau en limitant la contamination de la zone par les bactéries et inhibe l'inflammation pour favoriser le processus cicatriciel. Il stimule les kératinocytes, cellules de l'épiderme produisant la kératine, une protéine assurant l'imperméabilité et la protection de la peau.

Relaxante : l'huile essentielle d'Encens a une action spasmolytique, anxiolytique et facilite le sommeil.

Anti catarrhale, expectorante : l'alpha pinène stimule les glandes à mucine, il permet de fluidifier le mucus et de favoriser son expulsion, libérant ainsi les voies respiratoires.

Stimulante immunitaire : l'huile essentielle d'Encens permet d'augmenter les défenses naturelles de l'organisme et de le rendre ainsi moins vulnérable aux infections.

PROPRIETES

Procédé d'obtention : Distillation complète par entraînement à la vapeur d'eau à basse pression

Partie de la plante extraite : Gomme oléorésines

Nom botanique : Boswellia carterii

Famille botanique : Burséracées

Propriétés organoleptiques :

- Aspect : liquide mobile limpide
- Couleur : jaune très clair à clair
- Odeur : balsamique, épicée, aux notes sucrées et chaudes.

Composition chimique :

Monoterpènes : alpha-pinène (47.17%), limonène (6.65%), alpha-thujène (1.79%), myrcène (2.33%), sabinène (2.40%)

Sesquiterpènes : bêta-caryophyllène (0.95%)

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.

Propriétés et indications pour la santé :

Propriétés :

Stimulant des défenses immunitaires

Anticatarrhale, expectorante

Antitumorale (encore à l'état de recherche).

Indications :

Respiratoire : bronchite catarrhale et asthmatiforme, asthme, sinusite

Système immunitaire : déficience immunitaire.

En pratique :

Stimulation des défenses immunitaires : En massage énergisant le long de la colonne vertébrale, articulations et muscles.

Affections respiratoires : en frictions sur l'abdomen.

Affections respiratoires : en inhalation.

Propriétés et indications pour la beauté :

Propriétés :

Cicatrisante.

Indications :

Plaies, ulcère, ulcère variqueux

Peaux sèches.

En pratique :

Parfumer et régénérer la peau : ajouter quelques gouttes aux mélanges destinés au visage.

Propriétés et indications pour le bien être :

Propriétés :

Antidépressive.

Indications :

Angoisses, anxiété

Tensions nerveuses, dépression nerveuse.

Synergies :

Parfum et diffusion : Huiles essentielles de Basilic, Poivre noir, Camphre, Géranium, Lavande, Pin, Santal et les huiles citronnées.

Pour faire des encens composés : synergie avec les huiles essentielles de Myrrhe et de Nard.

En pratique :

Favoriser la méditation, la sophrologie, le travail sur soi : en fumigations.

PRECAUTIONS D'EMPLOI

Précautions : - Déconseillée dans les trois premiers mois de grossesse - Tenir hors de portée des enfants - Certains composés naturels contenus dans cette huile essentielle peuvent présenter un risque d'allergie chez certaines personnes sensibles lorsque l'huile essentielle est incorporée dans une composition cosmétique (selon le 7ème Amendement de la Directive Européenne relative aux produits cosmétiques (2003/15/CE)) : limonène, et dans une moindre mesure, 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.

AVERTISSEMENT

Ces propriétés, indications et modes d'utilisation sont tirés des ouvrages ou de sites Internet de référence en aromathérapie, de phytothérapie. On les y retrouve de façon régulière et pour beaucoup confirmés par des observations en milieu scientifique. Toutefois, ces informations sont données à titre informatif, elles ne sauraient en aucun cas constituer une information médicale, ni engager notre responsabilité. Pour tout usage des huiles essentielles, des hydrolats et des plantes ou poudres de plantes dans un but thérapeutique, consultez un médecin.