

# HYDROLATS ET HUILES VEGETALES EQUIDES

## LES HYDROLATS

### GENERALITES

**Remarque** : texte surligné en jaune = ce qu'il faut retenir

Les huiles essentielles et les hydrolats sont deux substances très différentes, bien qu'ils proviennent d'une même plante. Lorsqu'on distille une plante à la vapeur d'eau pour en extraire l'huile essentielle, la vapeur se condense à la fin du processus et reprend une forme liquide. C'est lors de cette phase que l'huile essentielle (grasse) se sépare de l'eau : on obtient ainsi un hydrolat.

Il contient les substances volatiles hydrosolubles de la plante et, si la plante est aromatique, une très faible quantité d'huile essentielle (2-4 ‰).

Les hydrolats ont les mêmes propriétés que l'huile essentielle, mais ils sont beaucoup plus doux et ne comportent pas de contre-indications. Leur effet thérapeutique est cependant plus faible que celui des huiles essentielles.

Comme il s'agit de liquides aqueux, ils ne se mélangent pas aux corps gras (qui, plus légers, flottent sur la surface). Par contre, ils se mélangent très bien entre eux, à de l'eau, des jus ou des gels.



### CONSERVATION

Les hydrolats non entamés se conservent généralement environ 1-2 ans (à l'abri de la lumière et de la chaleur). Une fois le flacon ouvert, ils peuvent facilement être contaminés par des bactéries ou des moisissures. On veillera donc à une hygiène stricte lors de leur manipulation : désinfection des mains et du matériel, poser le bouchon à l'envers lorsqu'on a ouvert le flacon (pour que les bactéries présentes sur le plan de travail ne contaminent pas la partie interne du bouchon)

Il faut conserver l'hydrolat entamé au réfrigérateur et l'utiliser rapidement (dans les 1-2 mois au plus) pour éviter toute contamination.

### ACHAT

Privilégiez les hydrolats bio. Les « eaux florale » ou « eau de... » ne sont pas de véritables hydrolats, car ils contiennent le plus souvent des additifs tels que des agents conservateurs et/ou des arômes, voire parfois de l'alcool.

### UTILISATION

#### USAGE EXTERNE

Les hydrolats sont faciles d'emploi chez les animaux ; ils peuvent être utilisés sans risque tant sur la peau que sur les muqueuses.

On peut les administrer de diverses manières :

- en spray sur le pelage en écartant les poils
- sur une compresse (plaie, nettoyage des yeux ou des oreilles)
- en les faisant couler sur la peau (plaies, irritations, ulcères cutanés, dermatoses)

### USAGE INTERNE

Les hydrolats sont très bien tolérés en usage interne. Ils peuvent être donnés purs ou dilués dans de l'eau de source

### POSOLOGIES

#### Hydrolats purs

Cheval : cas aigu 60 ml par jour / cas chronique 30 ml/jour  
Poulain, poney, âne : cas aigu 30 ml par jour / cas chronique 15 ml par jour

#### Hydrolats dilués (15 ml d'hydrolat/litre d'eau)

Cheval : cas aigu 4 litres par jour / cas chronique 2 litres par jour  
Poulain, poney, âne : cas aigu 2 litres par jour / cas chronique 1 litre par jour

Pause thérapeutique de 2 jours par semaine ou d'1 semaine par mois.

Cures de 3 mois

## HYDROLATS LES PLUS COURANTS

### ACHILLEA MILLEFOLIUM

- Tonique (immunomodulateur)
- Stimule la digestion
- Anti-inflammatoire (notamment en cas de dermatite)
- Cicatrisant
- Hémostatique

### CEDRUS ATLANTICA

- Activateur lymphatique
- Régénérateur artériel
- Décongestionnant veineux et lymphatique
- Antiseptique général et urinaire.

### CHAMAEMELUM NOBILE

- Antalgique
- Anti-inflammatoire
- Adoucissant
- Calmante du système nerveux

On peut l'employer pour le nettoyage des plaies, des yeux et des oreilles

### CISTUS LADANIFERUS

- Bactéricide et virucide puissant
- Astringent, cicatrisant
- Anti-hémorragique
- Neurotonique
- Harmonisant du système nerveux

### CITRUS PARADISII GRANDIS

- Stimule l'appétit
- Draineur hépatique
- Draineur rénal
- Détoxifiant
- Antiseptique
- Tonique nerveux
- Stimulant digestif

### CURCUMA LONGA

- Antioxydant
- Anti-inflammatoire
- Hépatoprotecteur
- Antimicrobien

### HELYCHRYSUM ITALICUM

- Antihématomes +++
- Mucolytique par voie interne

### HYPERICUM PERFORATUM

- Anxiolytique
- Antidépresseur
- Favorise le sommeil
- Propriétés adoucissantes et réparatrices du tube digestif

Attention : interactions possibles avec certains médicaments. Demander l'accord du vétérinaire si un traitement médicamenteux est en cours.

### HYSOPUS OFFICINALIS

- Antitussif
- Mucolytique, expectorant
- Détoxifiant et régénérateur général
- Tonicardiaque

### JUNIPERUS COMMUNIS

- Stimulant de la fonction rénale
- Antiseptique
- Anti-rhumatismal
- Répulsif pour les insectes

### LAURUS NOBILIS

- Digestif
- Antiseptique (antiviral, antibactérien, antifongique)
- Antalgique (douleurs articulaires, rhumatismes)

### LAVANDULA ANGUSTIFOLIA

- Calmant (anxiété, stress)
- Antiseptique

- Antalgique
- Cicatrisant
- Répulsif pour les insectes

#### MELALEUCA ALTERNIFOLIA

- Antiseptique +++ (antibactérien, antiviral)
- Antifongique
- 

**MENTHA X PIPERATA** (L'hydrolat n'a pas le puissant effet hypothermiant de l'huile essentielle)

- Tonique
- Digestif
- Antispasmodique
- Antiviral
- Antalgique (traumatismes, chocs physiques)

#### ORIGANUM MAJORANA

- Antalgique
- Calmant (anxiété, stress)
- Antispasmodique
- Antibactérien et antifongique
- Anti-flatulences + bénéfique en cas de gastrite

#### PELARGONIUM GRAVEOLENS

- Répulsif anti-insectes
- Détoxifiant
- Antalgique
- Immuno-modulateur

#### PINUS SYLVESTRIS

- Tonique
- Antiseptique
- Anti-inflammatoire
- Antalgique
- Expectorant et mucolytique
- Antiseptique et anti-inflammatoire général
- Décongestionnant lymphatique et cardiovasculaire
- Détoxiquant rénal

#### PSEUDOTSUGA MENZIESII

- Antiseptique
- Anti-inflammatoire
- Répulsif pour les insectes (notamment les mouches)

#### ROSMARINUS OFFICINALIS VAR PYRAMIDALIS

- Stimulant
- Anti-oxydant

- Cholagogue (facilite l'évacuation de la bile)
- Antalgique
- Décontractant musculaire (courbatures, contractures)
- Répulsif pour les insectes

### SALVIA OFFICINALIS

- Soutient la fonction hépatique
- Soutient la fonction rénale
- Action bénéfique sur la flore intestinale
- Fongicide
- Œstrogène-like (contre-indiqué chez les femelles gestantes/allaitantes et les très jeunes)

### SATUREJA MONTANA

- Anti-infectieux
- Antiparasitaire efficace contre certains vers

### THYMUS SPP

- Anti-infectieux
- Antifongique
- Antiparasitaire

---

## LES HUILES VEGETALES

La plupart des huiles végétales sont issues de fruits oléagineux ou de graines. Ces dernières sont décortiquées et parfois chauffées légèrement, ce qui permet de fluidifier l'huile et d'augmenter le rendement.

Bien sûr, les arbres sont le plus souvent traités chimiquement contre les maladies, les parasites et les insectes. Une partie des produits phytosanitaires utilisés se retrouve dans les fruits ou les graines et se retrouvera aussi sur la peau (usage cutané) ou dans l'organisme (voie orale) : c'est pourquoi il faut, surtout pour un usage dans le domaine des soins, opter pour des huiles bio dont le label est fiable.

Les huiles végétales sont caractérisées par un **gradient de pénétration cutanée** : selon leur composition en acides gras, elles pénètrent plus ou moins profondément dans les différentes couches de la peau. Leur choix conditionne le niveau d'action souhaité pour les huiles essentielles choisies.

## PROCEDES D'EXTRACTION

### PAR EXTRACTION MANUELLE

Ce type d'extraction « à l'ancienne » est un procédé rarement utilisé vu le temps et la main d'œuvre qu'il exige. Les noix ou les graines sont déposées sur une pierre et frappées avec un marteau pour les concasser, puis moulues au moyen d'un moulin. Ce procédé d'extraction est notamment encore utilisé au Maroc pour obtenir l'huile d'argan.

#### **PAR PRESSE HYDRAULIQUE**

Les fruits secs sont pressés à froid, et l'huile végétale vierge obtenue est d'excellente qualité. L'étiquette comporte la mention « première pression à froid » ; elle garantit une méthode d'extraction respectueuse de la nature et une huile dont les propriétés sont optimales.

#### **PAR PRESSE MECANIQUE (EXPELLER)**

C'est le procédé le plus fréquemment employé. Les graines sont triturées et légèrement chauffées avant d'être mécaniquement pressées. L'huile obtenue est pure, ne contient aucune substance étrangère et a gardé les substances actives de la graine.

#### **PAR CENTRIFUGATION (FRUITS OLEAGINEUX)**

Ce procédé permet de séparer l'huile de la pulpe du fruit (amandes, noisettes, noix).

#### **PAR EXTRACTION AU SOLVANT**

Pour dégraisser le résidu des graines broyées, on utilise généralement de l'hexane, un solvant issu du pétrole, puis on effectue une distillation visant à éliminer ce solvant. Ce procédé est le plus rentable car il permet de collecter une quantité d'huile bien plus élevée, mais des résidus de solvants peuvent se retrouver dans l'huile.

En l'absence de toute mention (qui n'est pas obligatoire) du mode d'extraction sur l'étiquette, on peut supposer qu'il s'agit d'une extraction au solvant.

### **RAFFINAGE**

Le raffinage permet d'obtenir une huile sans couleur ni odeur spécifique, qui est généralement utilisée pour cuisiner. Elle a le désavantage de ne pas contenir d'acides gras libres.

Il existe 2 méthodes de raffinage :

#### **METHODE PHYSIQUE**

- Acidification (par acide citrique, phosphorique ou sulfurique)
- Centrifugation (visant à supprimer les mucilages)
- Blanchiment
- Filtration (sur terre de Foulon ou charbon actif)
- Raffinage

#### **METHODE SOAPSTOCK**

On effectue une neutralisation (avec de la soude caustique) et un blanchiment (terre de Foulon) puis l'huile est désodorisée à la vapeur d'eau.

## DESCRIPTION ET PROPRIETES

### ABRICOT (HUILE DE NOYAUX)

L'abricotier est un arbre fruitier de 4 à 6 mètres de hauteur, cultivé pour son fruit. Originaire du bassin méditerranéen, il affectionne les climats chauds. Sa floraison est précoce et sensible aux gelées printanières. Son fruit, l'abricot, est comestible, avec une peau veloutée de couleur jaune orangé.

C'est le noyau du fruit qui contient l'amande, qui une fois pressée à froid donne une huile végétale douce et onctueuse, à l'odeur et au goût peu prononcés.

Cette huile a le meilleur gradient de pénétration cutanée.

Pénétration : hypoderme, muscles, synovie

#### PROPRIETES

- Nourrissante
- Assouplissante

### AMANDE DOUCE (HUILE)

L'amandier est un arbre présent sur tout le pourtour du bassin méditerranéen. Ses feuilles sont étroites avec une face supérieure vert brillant et une face interne opaque. Son fruit sec contient beaucoup de protéines. Les amandes peuvent fournir de 50 à 60% d'huile.

#### PROPRIETES

- Apaisante
- Pénétrante
- Légèrement laxative

### ARGAN (HUILE)

L'arganier est un arbre très ancien pouvant atteindre une dizaine de mètres de hauteur. Il ne pousse que sur les versants ensoleillés de l'Atlas marocain à une altitude inférieure à 800 mètres. Il perd ses feuilles coriaces en été, pour lutter contre la sécheresse. Ses rameaux sont hérissés d'épines et ses fruits sont des baies de la taille d'olives. L'huile est obtenue par pression à froid des amandons, correspondant aux graines séparées de la coque dure.

Pénétration : épiderme

#### PROPRIETES

- Antioxydante
- Raffermissante
- Assouplissante
- Nourrissante

### ARNICA (MACERAT HUILEUX)

L'arnica est une fleur de la famille botanique des astéracées qui est originaire d'Europe. En France, on en trouve en abondance dans les Vosges. Elle peut mesurer 60 centimètres de hauteur et arbore de beaux pétales jaune vif.

Afin d'obtenir un macérât huileux d'arnica, la plante entière est déposée dans une grande quantité d'huile végétale, le plus souvent de tournesol, puis le mélange est mis à macérer plusieurs semaines. Les principes actifs de la plante vont ainsi se diffuser dans l'huile végétale. L'arnica ne doit jamais administré par voie interne, sauf sous forme de préparations homéopathiques.

#### PROPRIETES

- Stimule la circulation sanguine
- Anti-inflammatoire
- Indiqué pour les chocs physiques et contusions sans plaie ouverte



### AVOCAT (HUILE)

L'avocatier est un arbre d'environ 15 mètres de haut qui nécessite un ensoleillement important. Son tronc est recouvert d'une écorce grisâtre et crevassée, ses feuilles simples et ovales sont de couleur vert foncé et mesurent entre 12 et 25 cm de long. Ses fleurs sont hermaphrodites et de couleur verdâtre. La meilleure qualité d'huile est obtenue à partir d'avocats récoltés à maturité et transformés en huile immédiatement sur place pour éviter toute oxydation.

Pénétration : couche cornée

#### PROPRIETES

- Assouplissante, nourrissante
- Régénératrice cutanée
- Protectrice de la peau

### BOURRACHE (HUILE)

La bourrache est une petite plante de 1 mètre de hauteur qui ne fleurit qu'une fois par an, de mai à août. Elle pousse sur des sols riches en humus, humides et bien drainés. Ses fleurs forment de longs pédoncules en crosse inclinée ; les fleurs sont bleu ciel, en forme d'étoile. La bourrache produit beaucoup de fruits ne donnant qu'une seule graine dont on extrait l'huile végétale. Les fruits sont récoltés en août.

Pénétration : épiderme

#### PROPRIETES

- Assouplissante
- Immunostimulante
- Oestrogène-like par voie orale

### CALENDULA (MACERAT HUILEUX)

Le calendula est également appelé souci des jardins. Il s'agit d'une plante herbacée annuelle que l'on trouve en abondance en Europe. Elle peut atteindre 40 cm de haut, ses fleurs sont orange-jaune et servent de colorant alimentaire. Elles se ferment la nuit pour se rouvrir le matin. La période de floraison est très longue (d'avril aux premières gelées).

#### PROPRIETES

- Cicatrisant
- Protecteur de la peau
- Apaisant

### CALOPHYLLE INOPHYLE (OU TAMANU) (HUILE)

Le calophylle inophyle est un grand arbre de 20 mètres de haut originaire d'Asie tropicale. Son tronc est épais et crevassé, et ses feuilles sont larges, luisantes et coriaces. Ses fleurs sont blanches. Il produit des grappes de fruits ronds de 3 à 4 cm de diamètre. La pulpe du fruit, comestible, recouvre une noix à coque mince et ligneuse renfermant une amande gorgée d'huile.

Pénétration : derme

#### PROPRIETES

- Légèrement anticoagulante
- Anti-inflammatoire
- Antiseptique

### CAROTTE (MACERAT HUILEUX)

La carotte est une plante herbacée bisannuelle de la famille des apiacées. Elle peut atteindre environ 30 centimètres de haut. Ses petites fleurs blanches sont regroupées en ombelles. Elle possède une racine pivotante allongée de couleur orange (la carotte...), qui est comestible est contient un grand nombre de minéraux et de vitamines tels que du calcium, du magnésium,



du fer, du phosphore ou encore les vitamines A, B1, B2, C, D, E, F. Les carottes, une fois séchées sont utilisées pour élaborer le macérât huileux.

**PROPRIETES**

- Antioxydant
- Protecteur de la peau
- Assouplissant

**COCO (HUILE)**

Le cocotier est une plante appartenant à la famille des palmiers qu'on retrouve dans toutes les zones tropicales humides et notamment le long des côtes. Il possède une couronne foliaire composée d'une trentaine de palmes vertes mesurant 4 à 7 mètres de long et porte environ 200 folioles de part et d'autre du rachis. Son tronc a une croissance continue en hauteur. Ses fruits (noix de coco) produisent une pulpe dont on tire l'huile de coco.

**PROPRIETES**

- Nourrissante
- Fortifiante capillaire
- Adoucissante

**GERMES DE BLE (HUILE)**

Le blé est une plante annuelle de la famille des graminées. Elle est composée d'une tige creuse pouvant atteindre 1 mètre de haut et se termine par un épi floral. Ces fleurs sont à l'origine des grains de blé. Le germe du blé est la partie permettant la reproduction et concentre une grande quantité de nutriments et de corps gras. Ces germes sont d'ailleurs vendus pour leurs qualités nutritives.

**PROPRIETES**

- Anti-anémique
- Protectrice des systèmes cardiaque et nerveux
- Antioxydante

**JOJOBA (HUILE / BEURRE)**

Le jojoba est un petit arbuste buissonnant de 5 mètres de haut qui pousse dans les zones arides des déserts d'Amérique du Sud. Il résiste très bien à la sécheresse car ses racines sont très longues et peuvent s'enfoncer très profondément dans le sol pour aller chercher l'humidité.

Pénétration : épiderme

**PROPRIETES**

- Régulatrice du pH de la peau
- Sébo-régulatrice
- Assouplissante et protectrice de la peau

**KARITE (BEURRE)**

Le karité est un arbre des savanes africaines. Son nom signifie "arbre à beurre" en wolof (Sénégal). Ses noix sont récoltées depuis des siècles par les populations locales pour en extraire une huile végétale, qui a la particularité de se solidifier à température ambiante. Ce beurre est utilisé en cuisine, en cosmétique et en médecine traditionnelle.

**PROPRIETES**

- Hydratant
- Cicatrisant, assouplissant
- Protecteur de la peau

### MACADAMIA (HUILE)

Le macadamia est un grand arbre pouvant atteindre les 15 mètres de haut, originaire du Nord-Est de l'Australie. Il est cultivé pour son fruit : la noix de macadamia. Il s'agit de grosses noix sphériques et comestibles dont on extrait l'huile végétale. Sa coque est très solide et résistante, et est recouverte d'une enveloppe charnue assez mince, verte et brillante. L'amande est de couleur blanche. Très riche en lipides, elle contient environ 70% d'huile. (Attention : pas d'administration par voie interne chez le chien ; la noix et l'huile de macadamia sont toxiques pour les canidés)

Pénétration : derme

#### PROPRIETES

- Assouplissante
- Apaisante
- Protectrice de la peau

### MILLEPERTUIS (MACERAT HUILEUX)

Le millepertuis est également appelé herbe de la Saint Jean. C'est une plante herbacée vivace de la famille botanique des hypericacées qui est surtout connue pour ses effets antidépresseurs (par voie orale). Elle mesure jusqu'à 60 centimètres et possède une tige rougeâtre. Ses feuilles sont opposées et sessiles avec quelques petites perforations. Les fleurs sont, quant à elles, d'un jaune doré et constituées de 5 pétales. Elles possèdent des pigments lipophiles rouges, ce qui confère au macérât huileux de millepertuis sa couleur caractéristique.

Attention : le millepertuis est photosensibilisant !

#### PROPRIETES

- Antalgique
- Régénérant cutané
- Anti-inflammatoire

### NIGELLE (HUILE)

La nigelle est une plante herbacée annuelle de 30 à 60 cm de haut. Originaire des pays chauds et des régions méditerranéennes, elle préfère les terrains sablonneux ou argileux et aime le soleil sans trop d'humidité. Ses feuilles sont délicatement coupées, de couleur gris-vert et d'aspect plumeux. Ses fleurs terminales possèdent une corolle de 5 pétales d'un joli bleu et apparaissent aux mois de juillet et d'août.

Son fruit est un follicule enflé, formé de 5 carpelles soudées, contenant de nombreuses graines noires disposées sur 2 rangées, récoltées en août.

#### PROPRIETES

- Anti-inflammatoire
- Antimicrobienne, antimycosique
- Digestive
- Broncho-dilatatrice
- Immunostimulante

### NOISETTE (HUILE)

Le noisetier est un arbuste forestier très répandu en Europe. Il est composé de plusieurs troncs fins, et s'élève jusqu'à 3 ou 4 mètres de hauteur. Ses fleurs mâles sont dispersées en épis alors que ses fleurs femelles sont dressées. C'est un arbre auto-stérile, qui nécessite la présence d'autres noisetiers pour assurer la fécondation de ses fleurs femelles. Cette fécondation donnera naissance à la noisette.

Pénétration : hypoderme, muscles, synovie

#### PROPRIETES

- Régulatrice de sébum

- Anti-lithiasique urinaire
- Anti-anémique (voie interne)

#### **PEPINS DE RAISIN (HUILE)**

La vigne est une liane grimpante et vigoureuse possédant une tige ligneuse munie de vrilles opposées aux feuilles. Ses feuilles sont simples et palmées, présentant 5 nervures ; ses fruits (les raisins) sont disposés en grappes. Les grains du raisin peuvent être jaunes, rouges ou noirs en fonction de la variété considérée et du terroir. Chaque grain du raisin contient de 2 à 4 pépins qui, pressés à froid, donneront entre 5% et 20% d'huile végétale.

Pénétration : circulation générale

#### **PROPRIETES**

- Régénératrice cutanée
- Protectrice du système cardio-vasculaire (voie interne)

#### **ROSE MUSQUEE (HUILE)**

Originare d'Amérique du Sud, le rosier musqué est un cousin de l'églantier. Ce sont ses fruits, riches en acides gras, qui donnent une huile à la composition exceptionnelle très utilisée en cosmétique. Elle accélère notamment la cicatrisation.

Pénétration : épiderme

#### **PROPRIETES**

- Raffermissante
- Cicatrisante

Copyright ESNA – Tous droits réservés