

Informations Sécurité

Les huiles essentielles sont des concentrés de plantes très puissantes, elles sont bénéfiques pour certains maux mais elles peuvent aussi s'avérer problématiques si elles sont mal utilisées, mal tolérées ou contre-indiquées pour certaines personnes. L'emploi d'huile de massage contenant des huiles essentielles nécessite quelques précautions.

Surexposition

Souvent le problème est lié à une surexposition de certaines molécules contenues dans les huiles essentielles, par exemple utiliser une huile essentielle pure n'est pas la même chose que si elle est diluée dans une huile végétale. De plus, il y a une grande différence si les huiles essentielles sont utilisées tous les jours et si elles sont appliquées sur une grande surface de la peau.

Composés allergisants ou sensibilisants

L'organisation européenne qui légifère les cosmétiques a établi une liste (ci-dessous) des composés reconnus comme potentiellement allergisants ou sensibilisants. Les huiles essentielles et les parfums peuvent posséder naturellement ces composés.

Alpha isométhylionone, Amyl cinnamal, Amylcinnamyl alcohol, Anise alcohol, Benzyl alcohol, Benzyl benzoate, Benzyl cinnamate, Benzyl salicylate, Butylphenyl methyl propional, Cinnamal, Cinnamyl alcohol, Citral, Citronellol, Coumarin, Limonene, Eugenol, Evernia furfuracea extracts, Evernia prunastri extracts, Farnesol, Geraniol, Hexyl cinnamal, Hydroxycitronellal, Lyral IFF, Isoeugenol, Linalool, Methyl 2-octynoate

Précautions

Les risques principaux sont des réactions cutanées. Ils peuvent apparaître dès la première utilisation ou plus tard après de nombreuses utilisations. Il existe aussi d'autres composés qui n'apparaissent pas dans la liste précédemment citée et qui, légalement, ne font pas l'objet de précautions particulières.

Cependant, nous avons jugé nécessaire de les mentionner car elles sont mentionnées dans certains ouvrages d'aromathérapie mais les études scientifiques sont encore rares.



Exemple de réaction cutanée

Rester vigilant si la personne massée est :

Enceinte, allaitante, un bébé, un enfant, épileptique, asthmatique, sous anti-coagulant ou si la personne a des allergies connues, un cancer, etc. !

Que faire en cas de problème

Cutané

- Eviter d'appliquer directement de l'eau avant d'avoir estompé l'huile de massage, l'eau accélère la pénétration dans la peau.
- Estomper l'huile de massage avec un linge ou du papier « essuie-tout ».
- Appliquer une huile ou une crème neutre, et estomper à nouveau.
- Si besoin savonner puis rincer à l'eau abondamment.

Troubles respiratoires

- Se calmer, aérer et si besoin appeler le centre antipoison → 145

Si vous constatez une réaction avec l'utilisation des huiles de massage Syana, n'hésitez pas à nous en informer car ces informations sont consignées et nous permettent de réaliser des statistiques.

Conseils d'utilisation pour un massage avec une sécurité maximale

1. **Demander** à la personne massée si elle a des allergies connues à un composé ou ingrédient contenu dans l'huile de massage (ceci est aussi important pour la personne qui masse)! Vérifier s'il y a un autre élément à prendre en compte (ex: maladie rénale, etc.).
2. **Choisir** une huile de massage adéquate (selon tableau des précautions).
3. **Éviter** les yeux, le contour des yeux et les muqueuses.
4. **Observer et écouter** : s'il y a une sensation de brûlure, démangeaison, picotement et si des rougeurs, boutons ou perturbation respiratoire apparaissent.

Tableau des précautions

	Ingrédients INCI	Huiles essentielles	Précautions *
Nature	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Rosmarinus officinalis extract.	Sans huile essentielle	Aucune
Ananas	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance (100% Natural), Rosmarinus officinalis extract, Limonene, Linalool.	Sans huile essentielle	Aucune
Chèvrefeuille	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance, Rosmarinus officinalis extract.	Sans huile essentielle	Aucune
Thé Blanc	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance, Rosmarinus officinalis extract.	Sans huile essentielle	Aucune
Gaulthérie	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance (100% Natural), Rosmarinus officinalis extract, Citral, Limonene, Citronellol, Eugenol, Geraniol, Linalool.	Gaulthérie Eucalyptus citronné Litsée Genévrier	Ne pas utiliser pendant la grossesse, l'allaitement, ni chez les enfants de moins de 6 ans. A éviter chez les personnes allergiques à l'aspirine et dérivés salicylés ou sous traitement anti-coagulant ou en cas de maladie rénale.
Romarin	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance (100% Natural), Rosmarinus officinalis extract, Citral, Limonene, Citronellol, Eugenol, Geraniol, Linalool.	Romarin à cinéol Eucalyptus citronné Litsée Genévrier	Ne pas utiliser pendant la grossesse, l'allaitement, ni chez les enfants de moins de 6 ans. A éviter en cas de maladie rénale et sur les personnes asthmatiques.
Tonique	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance (100% Natural), Rosmarinus officinalis extract, Limonene, Eugenol, Linalool, Geraniol, Benzyl benzoate.	Ravintsara Sapin de Sibérie Cannelier	Ne pas utiliser pendant la grossesse, l'allaitement, ni chez les enfants de moins de 6 ans. A éviter sur les personnes asthmatiques.
Drainage	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance (100% Natural), Rosmarinus officinalis extract, Citral, Geraniol, Limonene, Linalool, Isoeugenol, Citronellol.	Lemongrass Niaouli Menthe poivrée	Ne pas utiliser pendant la grossesse, l'allaitement, ni chez les enfants de moins de 6 ans. Ne pas utiliser sur personnes âgées ou épileptiques, déconseillée en cas de pathologie oestrogène-dépendante, stimule la fonction ovarienne, déconseillé en cas de mastose ou cancers hormono-dépendants, effet « oestrogen-like »
Zen	Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance (100% Natural), Rosmarinus officinalis extract, Linalool, Eugenol, Geraniol, Limonene, Citral, Citronellol, Benzyl Benzoate, Farnesol, Benzyl Salicylate, Benzyl Alcohol, Isoeugenol.	Petitgrain bigarade Géranium Ylang	Ne pas utiliser pendant la grossesse, l'allaitement, ni chez les enfants de moins de 6 ans.
Lomi lomi	Cocos nucifera oil, Helianthus annuus seed oil, Olea europaea fruit oil, Fragrance, Rosmarinus officinalis extract, benzyl benzoate, benzyl alcohol, Benzyl Salicylate, eugenol, farnesol, geraniol, isoeugenol, linalool.	Ylang	Ne pas utiliser pendant la grossesse, l'allaitement, ni chez les enfants de moins de 6 ans.

Les risques liés à l'utilisation de ces huiles de massage sont minimes car les huiles essentielles sont légèrement dosées. Ces précautions s'appliquent principalement pour une exposition massive ou répétée sur le long terme. A noter que par sécurité toutes les huiles essentielles sont à proscrire pendant les 3 premiers mois de grossesse.

* Selon sources :

Le grand guide de l'aromathérapie et des soins beauté naturels / auteurs: Aroma-zone et Aude Maillard