

L'aromathérapie: les huiles essentielles au service du cheval

par Violaine Chassaing¹

L'aromathérapie consiste en l'utilisation des huiles essentielles pour prévenir ou traiter les maladies et améliorer la santé et le bien-être. C'est une thérapeutique naturelle d'une remarquable efficacité, qui repose sur la relation existant entre les principes actifs contenus dans les huiles essentielles et les propriétés thérapeutiques qui en découlent.

Les huiles essentielles sont des substances 100% naturelles extraordinairement riches en principes actifs. Elles sont obtenues par distillation à la vapeur d'eau des organes sécréteurs d'essence contenus dans les plantes aromatiques.

Extrêmement puissantes et subtiles à la fois, elles conviennent tout particulièrement aux chevaux en raison de leur grande réceptivité et de leur odorat très sensible. L'emploi des huiles essentielles nécessite néanmoins des connaissances précises, compte tenu de leur forte concentration en principes actifs.

Avant d'évoquer les principales propriétés des huiles essentielles et leurs nombreuses applications possibles pour le cheval, nous présentons ci-après quelques notions fondamentales de l'aromathérapie.

On appelle « plantes aromatiques » les plantes capables de synthétiser une essence. Parmi les 800.000 espèces végétales, seules environ 10% possèdent cette faculté. Selon les espèces, les organes sécréteurs d'essence peuvent se trouver dans les sommités fleuries, les graines, les fruits, les feuilles, les rhizomes, les racines, le bois, l'écorce ou encore l'oléorésine.

Les seules plantes aromatiques dont on peut extraire directement l'essence sont les agrumes (oranges, citrons, pamplemousses, mandarines ...). Cette extraction s'effectue par expression à froid des zestes frais. On parle dans ce cas d'essence d'orange, d'essence de citron, etc. Pour les autres plantes aromatiques, l'extraction s'opère par distillation à la vapeur d'eau des organes sécréteurs. On parle dans ce cas d' « huiles essentielles ».

L'essence se retrouve généralement dans plusieurs organes de la plante mais dans des proportions différentes. Seules les parties de la plante les plus riches en essence sont récoltées pour subir l'extraction par distillation. Le volume de matériel végétal à récolter est souvent important, ce qui explique le prix parfois élevé de certaines huiles essentielles. Ceci étant dit, les huiles essentielles étant extrêmement concentrées en principes actifs, une quantité infime d'huile essentielle (une goutte dans certains cas) peut suffire pour obtenir une efficacité optimale.

Une même plante aromatique peut sécréter des essences de composition totalement différente dans ses différents organes (par exemple, l'essence contenue dans le zeste d'oranger amer est différente de celle présente dans la fleur ou dans la feuille) ou selon le lieu géographique ou le biotope (nature du sol, climat, altitude, autres plantes présentes à proximité...) dans lequel elle est cultivée. Les essences sécrétées peuvent également varier en fonction du degré d'ensoleillement, de la saison ou du moment du cycle végétatif.

On comprend donc l'importance de connaître avec précision l'origine exacte d'une huile essentielle (type de plante, origine géographique, moment de la récolte, partie de la plante distillée, technique de distillation utilisée, etc.) avant d'en envisager une quelconque utilisation à des fins thérapeutiques. Pour désigner la plante, on se référera par ailleurs exclusivement à la dénomination botanique latine (famille, espèce, sous-espèce, variété cultivée, etc.) pour éviter toute confusion, qui pourrait avoir des conséquences dangereuses.

¹ Violaine Chassaing est la fondatrice de la gamme de soins pour chevaux Horsessentials. Copyright © 2006 Violaine Chassaing. Tous droits réservés.

Dans ce contexte, la science moderne nous fournit un outil fondamental et incontournable, le « chémotype » (ou race biochimique de l'huile essentielle). Il permet de définir avec précision les composants biochimiques présents dans une huile essentielle, et donc d'en déduire ses propriétés thérapeutiques. Biochimiquement différents, deux chémotypes issus d'une même plante présenteront non seulement des activités thérapeutiques différentes mais aussi des toxicités variables.

Les techniques utilisées pour la détermination du chémotype permettent également de contrôler la qualité d'une huile essentielle dans la mesure où elles permettent de mettre en évidence les traces de dénaturation par ajout de molécules de synthèse ou d'autres huiles essentielles ou la présence de résidus d'engrais ou de pesticides.

Pour être de qualité optimale, une huile essentielle doit être 100% naturelle (c'est-à-dire non dénaturée par des molécules de synthèse chimique), 100% pure (c'est-à-dire non mélangée avec d'autres huiles essentielles ayant des caractéristiques proches) et 100% intégrale (c'est-à-dire que le distillateur aura recueilli la totalité des molécules contenues dans la matière végétale distillée). La détermination du chémotype permet de le garantir.

Une huile essentielle contient souvent de 50 à 100 molécules différentes et peut à l'extrême en comprendre jusqu'à 300. Sa composition biochimique n'est par ailleurs jamais rigoureusement identique. Il est impossible de reproduire en laboratoire cette complexité présente à l'état naturel. C'est ce qui explique notamment la grande efficacité des huiles essentielles dans le cadre de la lutte contre les bactéries, les champignons ou les virus.

Ceci nous amène naturellement à évoquer les propriétés des huiles essentielles. Etant donné la richesse du sujet, nous ne pourrions malheureusement effectuer ici qu'un rapide tour d'horizon mais nous espérons que celui-ci vous convaincra de l'intérêt des huiles essentielles et vous conduira à vous documenter plus sur ce sujet passionnant.

Nous listons dans le tableau ci-dessous les principales propriétés des huiles essentielles, avec à chaque fois quelques exemples d'huiles essentielles possédant ces propriétés et les principaux domaines d'applications possibles pour le cheval. Attention, certaines des huiles mentionnées nécessitent des précautions d'emploi (dosage/dilution, voie d'administration à éviter/privilégier, contre-indications pour juments gestantes ou poulains, photosensibilisation, risques d'allergies, etc.). Nous vous conseillons donc toujours de demander conseil à un spécialiste de l'aromathérapie avant d'utiliser des huiles essentielles ou d'utiliser des produits déjà prêts à l'emploi.

Principales propriétés des huiles essentielles	Exemples d'huiles essentielles possédant ces propriétés	Principales indications
antibactériennes, antifongiques	<ul style="list-style-type: none"> - cannelle (<i>cinnamomum zeylanicum</i> ou <i>cinnamomum cassia</i>) - origan compact (<i>origanum compactum</i>) - tea tree (<i>melaleuca alternifolia</i>) - clou de girofle (<i>eugenia caryophyllata</i>) - thym (certains chémotypes de <i>thymus vulgaris</i>) - palmarosa (<i>cymbopogon martinii</i>) - ajowan (<i>trachyspermum ammi</i>) - laurier noble (<i>laurus nobilis</i>) 	<p>Affections cutanées d'origine bactérienne ou fongique.</p> <p>Affections respiratoires d'origine bactérienne.</p> <p>Pourriture des fourchettes.</p>
antiparasitaires	<ul style="list-style-type: none"> - ajowan - cannelle - thym à thymol (<i>thymus vulgaris</i> CT thymol) - clou de girofle - tea tree - origan compact - cèdre de l'Atlas (<i>cedrus atlantica</i>) - camomille noble (<i>chamaemelum nobile</i>) 	<p>Affections cutanées d'origine parasitaire.</p> <p>Parasites intestinaux.</p>
antiseptiques	<ul style="list-style-type: none"> - la plupart des essences de citrus (par ex: <i>citrus limonum</i>, <i>citrus sinensis</i>, <i>citrus paradisi</i>) - eucalyptus globuleux (<i>eucalyptus globulus</i>) - eucalyptus radié (<i>eucalyptus radiata</i> ssp <i>radiata</i>) 	<p>Désinfection.</p> <p>Par diffusion atmosphérique : assainissement de l'air.</p>
antivirales	<ul style="list-style-type: none"> - ravintsara (<i>cinnamomum camphora</i> CT cinéole) - niaouli (<i>melaleuca quinquenervia</i> CT cinéole) 	<p>Affections respiratoires d'origine virale.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - eucalyptus radié - tea tree - origan compact - laurier noble 	<p>Stimulation du système immunitaire.</p> <p>Affections cutanées d'origine virale.</p>
antitussives	<ul style="list-style-type: none"> - eucalyptus radié - cyprès de Provence (<i>cupressus sempervirens</i>) - inule odorante (<i>inula graveolens</i>) 	Toux. Certaines huiles essentielles sont indiquées pour les toux sèches, d'autres pour les toux grasses.
expectorantes, mucolytiques	<ul style="list-style-type: none"> - eucalyptus radié - eucalyptus globuleux - ravintsara - niaouli - romarin à cinéole (<i>rosmarinus officinalis</i> CT cinéole) - inule odorante 	<p>Affections respiratoires avec encombrement muqueux.</p> <p>Toux grasses.</p>
anti-inflammatoires	<ul style="list-style-type: none"> - hélichryse (<i>helichrysum italicum</i> ssp <i>serotinum</i>) - gaulthérie (<i>gaultheria procumbens</i>) - eucalyptus citronné (<i>eucalyptus citriodora</i>) - lavandin super (<i>lavandula burnatii</i> clone super) - litsée citronnée (<i>litsea citrata</i>) 	<p>Affections de l'appareil locomoteur d'origine inflammatoire (tendinites, myosites, molettes, ostéites, etc.)</p> <p>Inflammations cutanées.</p> <p>Coups, traumatismes.</p>
antispasmodiques	<ul style="list-style-type: none"> - basilic (<i>ocimum basilicum</i>) - estragon (<i>artemisia dracunculus</i>) - lavande vraie (<i>lavandula officinalis</i>) - lavandin super - gaulthérie - hélichryse 	<p>Crampes et contractures musculaires.</p> <p>Récupération après l'effort.</p> <p>Toux sèches, spasmodiques.</p> <p>Spasmes gastriques ou intestinaux.</p>
antiallergiques	<ul style="list-style-type: none"> - estragon - tanaïse annuelle (<i>tanacetum annuum</i>) - camomille noble 	<p>Traitement antiallergique de terrain.</p> <p>Allergies respiratoires.</p> <p>Allergies cutanées.</p>
antalgiques	<ul style="list-style-type: none"> - lavande aspic (<i>lavandula spica</i>) - lavande vraie, lavandin super - laurier noble - basilic - gaulthérie - eucalyptus citronné - menthe poivrée (<i>mentha piperita</i>) - camomille noble 	<p>Douleurs musculaires ou articulaires.</p> <p>Récupération après l'effort.</p> <p>Coups, traumatismes.</p>
cicatrisantes	<ul style="list-style-type: none"> - lavande aspic, lavande vraie, lavandin super - hélichryse - ciste ladanifère (<i>cistus ladaniferus</i> CT pinène) - myrrhe (<i>commiphora molmol</i>) 	<p>Brûlures, petites plaies, crevasses.</p> <p>Inflammations et irritations cutanées.</p>
anti-hématomes	<ul style="list-style-type: none"> - hélichryse - laurier noble 	Coups, traumatismes.
décongestionnantes veineuses et lymphatiques, activatrices et drainantes circulatoires	<ul style="list-style-type: none"> - lentisque pistachier (<i>pistacia lentiscus</i>) - cyprès de Provence - genévrier de Virginie (<i>juniperus virginiana</i>) - cèdre de l'Atlas - niaouli 	Engorgements au niveau des membres.
calmantes, relaxantes, apaisantes	<ul style="list-style-type: none"> - camomille noble - marjolaine des jardins (<i>origanum majorana</i>) - petit grain bigarade (<i>citrus aurantium</i> ssp <i>aurantium</i> (feuille)) - ylang ylang (<i>cananga odorata</i> totum ou extra) - mandarine (<i>citrus reticulata</i> (zeste)) - lavande vraie - basilic 	Stress, nervosité, anxiété, irritabilité.

Parmi les nombreuses autres propriétés des huiles essentielles, citons également leurs propriétés insectifuges, antiprurigineuses, antipelliculaires, drainantes (notamment pour le drainage du foie et des reins), digestives (aide à la digestion, facilitation du transit intestinal, réduction des gaz intestinaux, stimulation du foie), toniques ou dynamisantes.

Les huiles essentielles agissent également sur le psychisme par le biais de l'olfaction. Certaines d'entre elles seront par exemple une aide utile pour les chevaux peureux, anxieux ou irritables, pour calmer les ardeurs d'un étalon, réguler les chaleurs d'une jument ou encore faciliter le sevrage d'un poulain. D'autres pourront participer à l'amélioration de certains troubles du comportement comme les tics.

En conclusion, si il apparaît clairement que les huiles essentielles peuvent trouver de nombreuses applications pour améliorer la santé et le bien-être des chevaux, il convient d'insister une nouvelle fois sur le caractère extrêmement puissant de ces substances, qui bien que 100% naturelles peuvent potentiellement être dangereuses si elles sont utilisées à mauvais escient et sans connaissances précises. Si il est parfaitement possible d'utiliser sans danger certaines huiles essentielles pour remédier aux petits maux quotidiens des chevaux, toute volonté de traiter une pathologie plus lourde nécessitera l'intervention d'un spécialiste de l'aromathérapie en association avec un vétérinaire. Les huiles essentielles n'en restent pas moins un formidable outil de prévention et de stimulation des facultés d'autoguérison de l'organisme.