

L'huile essentielle de carotte expliquée

28 août 2013 AUTEUR : mon aromathérapie



Plusieurs produits d'aromathérapie sont associés à la carotte. A ne pas confondre !

En Corse notamment, la fin du mois d'août est une période idéale pour distiller la carotte sauvage... C'est l'occasion d'en parler !

L'huile essentielle de carotte (sauvage ou cultivée) est relativement peu connue. C'est pourtant un vrai trésor pour la santé et la beauté. Un seul mot clé : DETOX ! Les teints brouillés, maculés de taches pigmentaires, ainsi que les acnés les plus résistantes ou la couperose n'auront qu'à bien se tenir !

On confond souvent à tort l'**huile essentielle de carotte**, tirée des semences ou des parties aériennes de la plante *daucus carota*, avec le **macérât huileux de carotte** (une huile végétale).

Profitons de cet article pour faire le point et en apprendre un peu plus...

Description botanique de « *Daucus Carota* »



Daucus carota

Cette herbe bisannuelle est connue pour sa racine pivotante orange, charnue, fibreuse et peu ligneuse.

La tige dressée offre de nombreux rameaux dont la feuille est finement découpée et dont les fleurs blanches ou rosées se disposent en ombelles caractéristiques de la famille botanique des apiacées (ombellifères).



Ombelle de carotte sauvage

Les ombelles aux fleurs blanches ou rosées fourniront des fruits elliptiques, hérissés de pointes crochues.

Les feuilles sont finement découpées. La racine est pivotante et un peu ligneuse.

A maturité, l'ombelle prend une forme caractéristique rappelant celle d'un petit nid d'oiseau.

Description de l'huile essentielle



Huile essentielle de carotte fraîchement distillée : jaune doré

La carotte sauvage ou cultivée fournit une huile essentielle très appréciée par le thérapeute soucieux de restaurer les fonctions hépatiques déficientes dans des pathologies telles qu'hépatites virales, cirrhoses, ...

On utilise plus volontiers **l'huile essentielle de carotte cultivée** pour la détox. Elle provient le plus souvent de la distillation des semences de la carotte. C'est notamment la présence de carotol (sesquiterpénol) dans l'huile essentielle de carotte cultivée qui lui donne sa réputation d'essence du « drainage ».

L'huile essentielle de carotte sauvage est quant à elle obtenue le plus souvent par distillation des parties aériennes de la plante et contient surtout des sesquiterpènes.



Les capsules Oleocaps 8, pour un drainage de l'organisme, en cure.

L'huile essentielle de carotte cultivée rentre en synergie parfaite avec d'autres huiles essentielles aux fonctions de drainage similaires : thym CT thujanol, lédon du Groenland.

On retrouve une belle synergie d'huiles essentielles drainantes pour l'organisme dans les capsules vendues en pharmacies en France **Oléocaps 8 de Pranarôm**.

Attention à ne pas confondre ces huiles essentielles avec **l'huile végétale de carotte**, qui est le résultat de la macération de carottes dans de l'huile d'olive ou de tournesol et qui sert essentiellement en cosmétique pour un effet bronzant ou préparateur au soleil.

Profil de l'huile essentielle de carotte cultivée :

Son aspect : liquide fluide et limpide

Sa couleur : incolore à jaune pâle

Son odeur: herbacée, forte, rappelle pour certains la carotte tout en étant éloignée.

Dénomination scientifique latine : *Daucus carota ssp sativa*

Famille botanique : Apiacées (ou Umbellifères)

Partie de la plante distillée : Peut varier, de la semence aux sommités fleuries (ombelles refermées et tiges) en passant par les racines parfois.

Situation géographique : France, Corse... peut varier.

Valeur thérapeutique +++

Biochimie aromatique : Sesquiterpénols (carotol, daucol) et Sesquiterpènes (bisabolène)

Quelques applications pratiques avec l'huile essentielle de carotte sauvage ou cultivée :



Pranalixir Corriger, un soin anti-imperfections avec l'huile essentielle de carotte

Au quotidien, 1 goutte de carotte sauvage ou cultivée dans une noisette de votre crème de jour ou de nuit luttera efficacement contre certains troubles vasculaires bien visibles tels que la couperose ainsi que contre les taches pigmentaires.

On retrouve également l'huile essentielle de carotte cultivée dans le sérum de **soin anti-taches et anti-acné PRANALIXIR CORRIGER** de Pranarôm.

Au niveau thérapeutique général, quelques propriétés sont à retenir des ouvrages d'aromathérapie :

- Drainante et dépurative hépato-rénale ++ / - Tonique et stimulante générale ++ / - Hypertensive ++ / - Hypocholestérolémiant ++ / - Régénératrice hépato-cellulaire +++

Indications récurrentes :

- Insuffisance hépatique et rénale ++ / - Hypotension ++ / - Asthénie nerveuse ++ / - Couperose, eczéma, acné, furoncle ++ / - Taches pigmentaires +++ / - **Acné** +++

FOCUS sur l'action de l'huile essentielle de carotte en dermo-cosmétique :



La carotte de nos jardin n'est pas celle dont on tire l'huile essentielle

Le carotol (alcool sesquiterpénique) donne l'action intéressante de l'huile essentielle de carotte. Sa propriété drainante et dépurative lui permettant un emploi cutané qu'un usage oral. Elle purifie la peau et la débarrasse des toxines, des résidus organiques et de la pollution. De ce fait, elle rafraîchit le teint et lutte valablement contre les taches hyper-pigmentées (taches de vieillesse).

Son action circulatoire permet la régénération cellulaire et le raffermissement tissulaire. De plus, l'huile essentielle de carotte est incontournable pour améliorer les troubles vasculaires, couperose, varicosités, eczéma.

Dans une argile blanche pour un masque ou dans une crème, l'huile essentielle de carotte cultivée désincruster la peau de tous les dépôts, organiques ou non, tout en adoucissant les états inflammatoires circulatoires.

Pour les peaux « polluées », hyper-pigmentées et couperosées, elle s'avère des plus utiles dans des préparations dermatologiques (couperose, varicosités, taches de vieillesse, hyperpigmentation, eczéma,...).

Dans un gel, elle permet d'agir sur le contour des yeux en atténuant les cernes par son action dépurative et circulatoire.

Attention, on limite alors son dosage à moins de 1% de la formule.

En lotion corporelle, elle adoucit les inflammations, revitalise l'épiderme et tonifie ainsi la peau.

Son pouvoir régénérant l'autorise dans les shampoings pour rendre l'éclat aux cheveux secs et ternes.

En massage, en synergie avec d'autres huiles essentielles complémentaires (cèdre, cyprès, citron, patchouli, niaouli...), elle stimule le retour veineux et lymphatique. Elle draine les impuretés et décongestionne la circulation.

Selon l'avis d'expert de Dominique Baudoux dans son livre « **Pour une cosmétique Intelligente** », dépolluer la peau exige une prise par voie orale ou sublinguale d'huile essentielle de carotte. 1 goutte le matin dans un peu de miel ou dans une boulette de mie de pain à avaler avant le repas pendant 3 semaines. A répéter deux fois par an.