

Bon à savoir

- **TOUJOURS** les diluer dans de l'huile végétale (huile d'olive, huile de tournesol...comme pour la cuisine)
- **JAMAIS d'usage prolongé** de ces huiles essentielles même sur l'adulte
- **JAMAIS appliquer sur les muqueuses**, même diluées : yeux, bouche, nez, oreilles, organes génitaux

Huiles essentielles à aldéhydes aromatiques

=> ne jamais appliquer pure



Les huiles essentielles contenant des **aldéhydes aromatiques** peuvent être irritantes pour la peau.

Les principaux aldéhydes aromatiques sont : **Benzaldéhyde, Cinnamaldéhyde, Cuminaldéhyde.**

Cumin
Cuminum cyminum

Cannelle
Cinnamomum cassia, Cinnamomum loureirii, Cinnamomum verum



Huiles essentielles à salicylate de méthyle

=> ne jamais appliquer pure

Gaulthérie couchée
Gaultheria procumbens

Gaulthérie odorante
Gaultheria fragrantissima

Huiles essentielles à aldéhydes terpéniques

=> ne jamais appliquer pure

Eucalyptus citronné
Eucalyptus citriodora

Baume du pérou
Myroxolon balsamum

Verveine citronnée
Lippia citriodora

Mélicse
Melissa officinalis

Myrte
Myrtus communis

Citronnelle
Cymbopogon citratus, Cymbopogon flexuosus, Cymbopogon winterianus

Hélichryse
Helichrysum gymnocephalum



Les huiles essentielles contenant des **Aldéhydes terpéniques**

Peuvent être irritantes pour la peau. Les aldéhydes monoterpéniques se terminent en « -al ». Les principaux sont : **Anisial, Citral, Citronnellal, Géraniol, Iridodial, Myrténal, Néral, Phéllandral**



Les huiles essentielles contenant des **éthers** peuvent être irritantes pour la peau.

Les principaux sont : **Carvacrol méthyl éther, Méthyl chavicol, Méthyl eugénol, Thymol méthyl éther, Trans-anétole**

Anis étoilé
Illicium verum



Fenouil doux
Foeniculum vulgare

Laurier noble
Laurus nobilis

Estragon
Artemisia dracuncululus

Basilic
Ocimum basilicum