

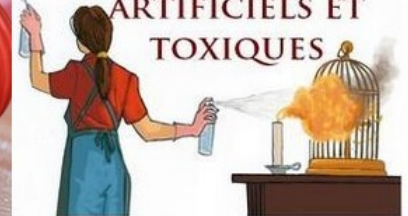
# Oui aux diffuseurs ! Non aux désodorisants chimiques ...



OUI AUX DIFFUSEURS  
D'HUILES ESSENTIELLES

PENSONS À  
L'ENVIRONNEMENT  
ET À NOTRE SANTÉ

NON AUX  
DÉSODORISANTS  
ARTIFICIELS ET  
TOXIQUES



\* Les parfums d'intérieur ou désodorisants sont majoritairement fabriqués à partir de parfums de synthèse, contrairement aux huiles essentielles.

Un seul désodorisant peut contenir jusqu'à 100 substances différentes. Or, sur les 100 000 molécules de synthèse produites par l'industrie chimique ces dernières décennies et que l'on utilise pour absolument tout, de l'emballage, aux cosmétiques en passant par les produits ménagers, moins de 5% ont été testées sur leur toxicité !

\* Les parfums de synthèse ne sont pas épargnés. On trouve dans ces molécules des irritants respiratoires, des molécules cancérigènes, des perturbateurs hormonaux et tutti quanti. Les enfants y sont particulièrement sensibles, de même que les fœtus.

Certaines de ces molécules peuvent en effet s'accumuler dans le sang et être transmises au fœtus dans une grossesse même des années plus tard.

\* Les bâtons d'encens sont, pour la plupart, polluants et font « respirer des molécules qu'on ne devrait jamais retrouver dans l'air de son domicile » (les cancérigènes formaldéhyde et benzène).

\* Du côté des aérosols, la plupart émettent des substances nocives.

L'utilisation d'aérosols hypoallergéniques ou assainissants est déconseillée, en particulier dans les chambres d'enfants, car ils émettent du limonène en grande quantité, une molécule irritante à haute dose.

Quatre problèmes liés à l'utilisation d'un parfum d'intérieur chimique ou d'un désodorisant chimique :

- Des risques d'irritation au niveau respiratoire ou pulmonaire ;
- Des risques d'allergie en relation avec les différents parfums principalement ;
- Les désodorisants sont également suspectés de perturber le système hormonal ;
- Des risques à long terme : effets sur la santé liés à la présence de substances cancérigènes et/ou toxiques dans les émanations de ces produits.

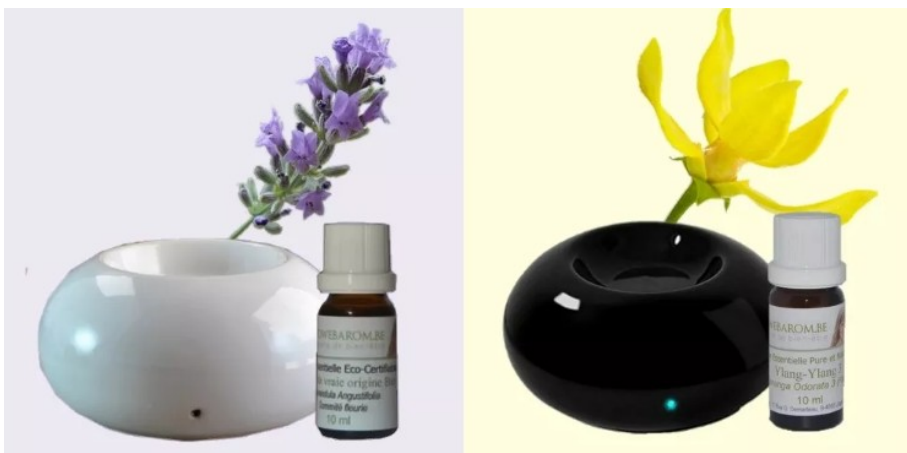
Les deux substances les plus dangereuses contenues dans la plupart des désodorisants d'intérieur sont le formaldéhyde et le benzène qui sont des cancérigènes pour l'homme selon la classification de l'OMS.

Le risque de dépasser les limites tolérables pour l'exposition humaine est aujourd'hui reconnu pour ceux qui utilisent quotidiennement et fortement ces produits.

## **LA SOLUTION AUX DÉSORISANTS : LES DIFFUSEURS D'HUILES ESSENTIELLES !**

L'aromathérapie aux huiles essentielles, pour autant qu'elle

soit correctement utilisée, ne présente pas ce type de risque et offre, avec la diffusion atmosphérique, le meilleur moyen pour assainir l'air et bénéficier des vertus des plantes.



Un petit diffuseur à chaleur douce, comme le diffuseur COZY blanc ou le diffuseur COZY noir par exemple constitue un maître choix pour commencer dans l'aromathérapie ou pour des jeunes.

La porcelaine émaillée cache un système de chauffe auto-régulée permettant de porter les huiles essentielles à la

température idéale de 45° pour activer la diffusion. Les huiles essentielles ne sont ainsi pas surchauffées afin de ne pas les altérer et conserver leurs vertus.

Il est très efficace pour une chambre d'étudiant d'environ 20 mètres carrés et très facile d'utilisation et d'entretien.



Il existe aussi des diffuseurs par brumisation ultrasonique à froid, pour humidifier tout en profitant des vertus des huiles essentielles, comme le diffuseur KAORI.

Il est conçu dans un bois clair intégrant un réservoir suffisamment grand pour assurer une bonne autonomie. Le couvercle noir présente des découpes géométriques donnant un style japonais / zen à ce diffuseur. L'association en fait un diffuseur harmonieux avec beaucoup de cachet.

La qualité justement est aussi le mot qui convient pour le système de diffusion des huiles essentielles.



Pour les utilisateurs plus exigeants, les diffuseurs les plus performants sont les diffuseurs par nébulisation comme les diffuseurs EFFISENS, MOBYSENS et NOBILE (de chez Pranarom)

Ces diffuseurs d'huiles essentielles sont basés sur le principe de la nébulisation à froid et à sec. Ce procédé ne dénature pas les huiles essentielles. C'est le meilleur procédé pour profiter pleinement des vertus des huiles essentielles.

Ces diffuseurs conviennent pour des pièces allant jusqu'à 120 mètres carrés (80 pour le Mobysens, 100 pour le Nobile et 120 pour l'Effisens)

Enfin, 2 petits diffuseurs un peu à part :



- Le diffuseur voiture

Afin de rendre les trajets plus agréables en voiture

Son utilisation est très simple et permet de créer une atmosphère saine et agréable.

Vous pourrez ainsi bénéficier des vertus de votre huile essentielle favorite dans votre voiture.

La température de diffusion a été spécialement étudiée pour ne pas altérer les principes actifs des huiles essentielles qui conservent ainsi leurs vertus.



- Le diffuseur par capillarité

Il suffit de verser l'huile essentielle ou la synergie dans le flacon puis d'y plonger la fleur en céramique.

La tige, puis la fleur, vont s'imprégner de la senteur pour offrir une diffusion lente et douce.

Totalement naturel et idéal pour créer une ambiance délicatement parfumée tout en apportant une touche fleurie à la décoration.

## **QUELQUES REMARQUES SUR LES DIFFUSEURS**

- La diffusion à chaleur douce n'altère pas les huiles essentielles mais, pour profiter pleinement des vertus des huiles essentielles, rien ne vaut les diffuseurs par nébulisation à froid et à sec.

- Toutes les huiles essentielles ne sont pas bonnes à diffuser. Il faut se renseigner avant de diffuser.

Pour cela, vous pouvez vous procurer le "Guide pratique d'aromathérapie : La diffusion – Mes 32 huiles essentielles préférées dans 62 formules à diffuser et à respirer" écrit par

D. Baudoux, pharmacien aromatologue réputé mondialement.

· Enfin, avant d'utiliser les huiles essentielles, merci d'aller lire les Précautions d'emploi.

Contre indications aux huiles essentielles utilisées pour la diffusion

Pour

- \* les femmes enceintes ou allaitantes,
  - \* les nourrissons et enfants de moins de 6 ans,
  - \* les personnes souffrant de troubles respiratoires (asthmatique, ...) ou allergiques,
  - \* les animaux domestiques,
- certaines huiles essentielles sont à éviter en diffusion, surtout celles qui contiennent des cétones terpéniques (hysope, thuja, sauge, ...).

Ps: Deux autres livres intéressants:

\* le Guide de poche d'aromathérapie qui coûte trois fois rien (5.99€)

\* les Cahiers pratiques d'aromathérapie : Vol. 5 – Grossesse

Une petite pensée pour les femmes enceintes qui voient, chaque fois dans les précautions d'emploi, des tas d'interdictions ou de restrictions: voici enfin un livre qui leur est particulièrement destiné.

Elles pourront découvrir toutes les huiles essentielles qui sont sans aucun danger pour elles ainsi que des formules qui leur sont adaptées.

*Vous aimez lire nos articles ? Merci de visiter également notre site web [www.phytowebarom.be](http://www.phytowebarom.be)*