



FAMILLE BOTANIQUE : **Cannelacées**

ORIGINE : **Madagascar**

Organe producteur : **Feuilles**

Spécificité biochimique : **1,8 cinéole, sabinène, linalol, 4-terpinéol**

Botanique

Endémique de Madagascar, le Saro affectionne les forêts denses et sèches du nord-ouest de l'île. Il se développe sur des sols siliceux, le long des régions côtières en dessous de 800 mètres d'altitude. L'huile essentielle du Saro est obtenue par distillation à la vapeur d'eau de ses feuilles.

Propriétés & indications

Fluidifiant indiqué pour :

- les sinusites
- les toux grasses
- les bronchites

Tonique général indiqué pour :

- la fatigue psychique
- la fatigue physique
- la perte de mémoire
- la convalescence

Posologies

Voie orale

- Adulte : 2 gouttes 3 fois par jour
- Enfant > 7 ans : 1 goutte 3 fois par jour

Voie cutanée

- Adulte : 2 à 5 gouttes, 3 fois par jour, pures ou en dilution dans une huile végétale
- Enfant > 7 ans : 2 gouttes, 3 fois par jour, en dilution dans une huile végétale

En diffusion

- Quelques gouttes pures ou en association avec d'autres huiles essentielles, 10 minutes par demi-heure

Voies d'administration

Voie orale



Voie cutanée



En diffusion



Conseils d'utilisation

Rhinopharyngite

2 gouttes de Saro sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 5 jours et/ou

3 gouttes de Saro appliquées de chaque côté du cou, 3 fois par jour. 5 jours

Début de grippe

1 goutte de Saro + 1 goutte de Thym à linalol

Sur un comprimé neutre, 3 fois par jour. 5 jours

Surmenage intellectuel

1 goutte de Saro + 1 goutte de Laurier noble

Sur un comprimé neutre, matin et soir. 5 jours

Précautions d'emploi

Ne pas utiliser :

- chez la femme enceinte & allaitante
- en cas d'allergie à l'un des composants de l'huile essentielle

Utiliser uniquement sur avis de votre pharmacien :

- chez l'enfant < 7 ans
- en cas d'épilepsie
- en cas d'asthme
- en cas de traitement médicamenteux en cours

> Demandez conseil à votre pharmacien

Zoom

Le Saro ou Mandravasarotra est une plante traditionnelle malgache qui est connue depuis peu en Occident. Les propriétés et indications de l'huile essentielle sont proches de celles du Ravintsara.