



## Ravintsara : La vidéo GRATUITE pour l'utiliser correctement

Chers amis, sans être rare, c'est une référence plutôt réservée aux connaisseurs d'huiles essentielles.

Habituellement, la célèbre huile essentielle de ravintsara (*cinnamomum camphora ct cinéole*) connaissait son petit pic de ventes annuel à l'entrée de l'hiver.

Et même à ce moment-là, on la trouvait sans problème dans n'importe quelle bonne pharmacie...

### Jusqu'à ce que l'épidémie de coronavirus arrive.

Depuis, il est presque devenu **mission impossible** d'en acheter.

- Pour preuve, Aroma-zone, leader français de la distribution d'huiles essentielles n'en a plus en stock :

*Mêmes les flacons de 30ml et de 100ml sont en rupture de stock et le site n'indique toujours pas quand cette référence sera de nouveau disponible*

Autre exemple :

- Depuis que la pharmacie de mon village l'a mise en avant pour se protéger, **il n'y plus un seul flacon dans les rayons.**

Mais si vous avez lu attentivement mon courrier du 20 février, je suis sûr que vous vous en êtes procuré à temps.

Car je vous le disais :

## Indispensable, c'est l'anti-virus n°1 des huiles essentielles

Issue du **camphier à cinéole**, un arbre qui ne pousse que sur l'île de Madagascar, on extrait l'huile essentielle de ravintsara de ses feuilles, similaires à celles du laurier.

**Super-héroïne des huiles essentielles**, elle combat les virus mais elle stimule en même temps le système immunitaire et agit contre les infections bactériennes.

Si elle est si puissante, c'est qu'elle empêche les virus de proliférer dans votre corps de deux façons différentes (c'est un peu technique mais on dit qu'elle inhibe à la fois la formation et la réplication des acides nucléiques viraux, ADN et ARN.)

C'est pourquoi aujourd'hui, alors que nous affrontons l'épidémie de COVID-19, de nombreux spécialistes des huiles essentielles la recommandent.

**Le 10 mars, lors d'une conférence en direct consacrée au coronavirus, Elske Miles, aromathérapeute, a recommandé d'en appliquer 2 gouttes pures sur chacun des avant-bras pour renforcer son système immunitaire.**

Cela peut paraître un peu surprenant, mais c'est en frictionnant à distance cette huile essentielle sur les avant-bras, la plante des pieds ou le bas du dos... que l'on agit sur le système immunitaire.

Car cette huile essentielle agit aussi contre le stress oxydatif en stimulant une enzyme, l'enzyme superoxyde dismutase, qui élimine à son tour les radicaux libres.

Or, c'est également parce que nos défenses sont « rouillées » par une hygiène de vie encrassante, que nous tombons plus facilement malades ou que de tels virus se réveillent.

Mais s'ils sont si nombreux à la recommander aujourd'hui c'est aussi parce que...

## **...cette bonne feuille renferme une molécule à l'odeur d'eucalyptus qui protège les bronches**

En analysant les molécules présentes dans l'huile essentielle de ravinstara, on constate tout de suite qu'elle contient les principaux composants des huiles essentielles anti-virales de la sphère respiratoire :

- Des hydrocarbures monoterpéniques comme le alpha-pinène et le bêta-pinène qui oxygènent les cellules ;
- Des alcools monoterpéniques comme l'alpha terpinéol ou le terpinéol-4 à la fois antiviraux et immunomodulants (ils soutiennent le système immunitaire quand c'est nécessaire) ;
- Et du 1,8 cinéole, un oxyde monoterpénique qui fluidifie et rejette le mucus et les sécrétions présentes dans les voies respiratoires ;

Il dégage nez, gorge, bronches... et apporte de nouveau du souffle aux personnes encombrées.

C'est donc surtout cette molécule odorante qui en fait un indispensable des infections respiratoires comme le Covid-19.

Couramment appelé eucalyptol, c'est également lui qui lui donne cette odeur caractéristique d'eucalyptus si rafraichissante.

## **Gratuit : la vidéo de la formation *Maîtriser le pouvoir des huiles essentielles pour apprendre à l'utiliser***

C'est pourquoi, avec l'accord d'Elske Miles, j'ai décidé de vous donner accès à [cette vidéo exclusive](#) normalement réservée aux abonnés de sa formation.

**C'est totalement gratuit.**

[Il suffit de cliquer ici ou sur le bouton en bas de cet email](#) pour y accéder et lancer la lecture de la vidéo.

Grâce à cette vidéo vous découvrirez comment utiliser correctement cette huile essentielle en période d'épidémie comme :

- Le nombre de gouttes à appliquer sur le thorax **en cas d'état grippal ou fébrile**, chez l'adulte comme chez l'enfant ;
- Dans quels cas vous pouvez prendre cette huile essentielle par voie orale :
- Praticien de santé : Elske Miles vous donne aussi le mélange à diffuser dans votre cabinet entre chaque consultation **pour assainir l'air** ;

Bien entendu, elle vous explique comment la différencier de ses cousines, les huiles essentielles de ravsare aromatica et d'hazovo et dans quelles situations il vaut mieux utiliser ces dernières.

Si vous n'avez aucune contre-indication ([découvrez-les dans la vidéo](#)), c'est vraiment celle que je vous recommande pour stimuler vos défenses et purifier votre intérieur (après aération).

## Je visionne la vidéo

Profitez-bien de [cette vidéo](#) totalement gratuite et prenez soin de vous !

Belle soirée

Garance Langlois

### Cette lettre vous a plu ?

Pour vous abonner gratuitement à La *Lettre Essentielle Santé*, merci de vous rendre sur [cette page](#).

---

Pour être sûr de bien recevoir La *Lettre Essentielle Santé* à chaque envoi, et éviter qu'elle ne se perde dans votre boîte e-mail, merci de bien vouloir ajouter **garance.langlois@essentielles-sante.email** à votre carnet d'adresses.

**P.S. : je n'ai pas pu visionner la vidéo, lorsque je cliquais sur le lien j'avais un avertissement de McAfee**

**Le site est sans doute infecté par un virus, attention.**