



Huile de baies d'argousier

L'argousier (en latin: *Hippophae rhamnoides*) est un arbuste épineux possédant des caractéristiques ressemblant à celles du saule. Il pousse aussi bien dans des régions européennes (Alpes, Carpates, bassin du Danube, mer du Nord, etc.) qu'en Asie centrale (Himalaya, Chine, Mongolie). L'arbuste préfère les sols sableux et aérés et a besoin de beaucoup de soleil. L'argousier met toute la puissance et l'énergie de la lumière du soleil dans ses fruits. L'arbuste possède des baies d'une couleur orange vif, qui sont aussi bien appréciées par les êtres humains que par les animaux. Depuis des siècles, l'argousier est utilisé pour le traitement de différents troubles. Les fruits de l'arbuste épineux se distinguent par leur haute teneur en vitamines, substances minérales et en substances végétales secondaires.

Production d'huile de baies d'argousier

Les baies broyées sont pressées et l'huile peut ensuite être délicatement séparée par une simple centrifugation du jus obtenu. L'huile a une couleur orange-rouge intense, l'odeur est fruitée, douce et légèrement acidulée et rappelle les fruits secs.

Ingrédients

L'huile d'argousier présente un profil d'acides gras particulier. Elle est composée, pour un bon tiers, d'**acide palmitoléique**, qui est un acide gras mono-insaturé appelé Omega 7 et un composant d'huile végétale plutôt rare, et d'environ 30% d'**acide palmitique**, un acide gras saturé, à une teneur qui ne se retrouve dans aucune autre huile végétale. À cela s'ajoutent des vitamines liposolubles précieuses (notamment vitamines E, A et K), des **phytostérols**, des **flavonoïdes** et des **caroténoïdes**, qui confèrent à l'huile sa couleur orange-rouge caractéristique (*Krist et al., 2008*).

Effet et utilisations

En externe

Grâce à son profil d'acides gras, l'huile d'argousier est extrêmement précieuse pour la physiologie de la peau. L'acide palmitoléique et l'acide palmitique sont des composants naturels de la peau humaine. Ils confèrent à l'huile une bonne capacité d'étalement et lui permettent d'être absorbée en profondeur par la peau. En raison de ses propriétés colorantes intensives, l'huile doit cependant généralement être appliquée diluée. Elle se mélange bien à d'autres huiles végétales.

L'huile d'argousier **soigne** durablement la peau et est utile pour traiter divers problèmes cutanés. Grâce à la forte teneur en caroténoïdes et en tocophérols (vitamine E), l'huile d'argousier a un effet **antiinflammatoire**, **antioxydant** et **régénérant**. Elle est l'ingrédient idéal des recettes pour les peaux mûres, car elle **stimule le processus métabolique** et le **renouvellement cellulaire** de la peau (*Käser, 2012*).

L'huile d'argousier **protège** la peau des agressions externes. Par ailleurs, elle est utile dans le traitement des peaux endommagées par les rayons UV, en cas d'inflammations cutanées ou en cas de

lésions des muqueuses de la bouche ou de la région vaginale (von Braunschweig, 2007).

En cas d'**aphtes** ou d'**inflammations de la gencive**, l'huile de baies d'argousier peut être appliquée pure sur les zones concernées (*Krist et al., 2008*).

En interne

L'huile d'argousier peut également être utilisée par voie interne. Pour un dosage et une administration simples, on recommande d'utiliser l'huile en gélules.

Outre l'apport complémentaire pour l'organisme en acides gras insaturés, vitamines, caroténoïdes, phytostérols et éléments traces, l'huile d'argousier montre également des effets positifs concernant différents troubles de sensibilité.

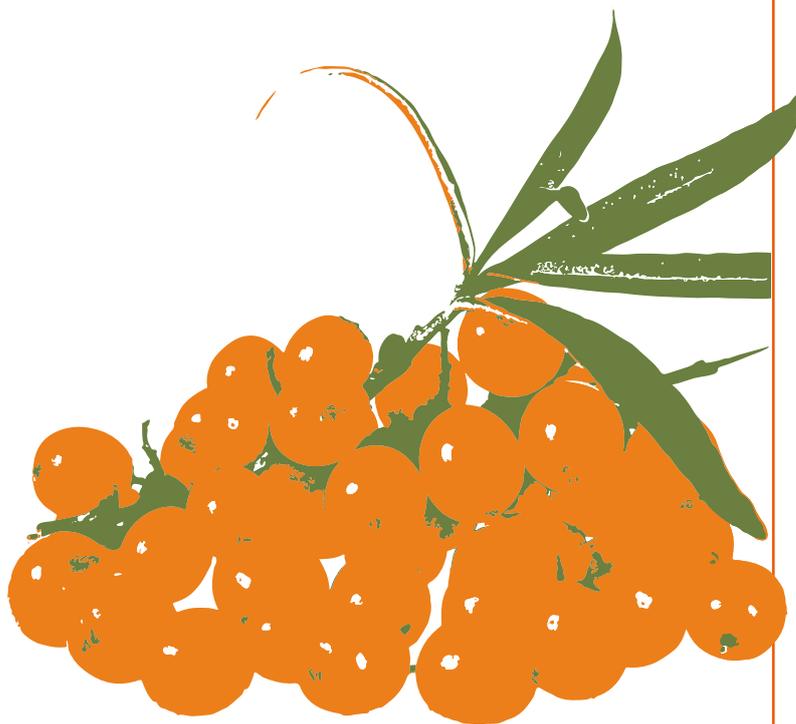
L'huile de baies d'argousier a une action apaisante **en cas de troubles inflammatoires gastro-intestinaux**. L'huile forme un film protecteur sur les muqueuses du tractus gastro-intestinal, qui calme et régule les tissus et prévient l'apparition de nouvelles irritations (*Krist et al., 2008*).

Par ailleurs, l'huile de baies d'argousier aurait un effet positif sur les **yeux irrités et larmoyants** (*Larmo et al., 2010*).

Dans une étude approfondie, l'effet de l'huile d'argousier sur l'**atrophie vaginale chez les femmes ménopausées** a été étudié. En lien avec les modifications hormonales survenant pendant la ménopause, une sécheresse vaginale et un amincissement de la muqueuse peuvent apparaître. La sécheresse, les démangeaisons et les brûlures sont des troubles fréquents. L'étude a montré que la prise à long terme d'huile d'argousier a un effet positif sur la santé vaginale (*Larmo et al., 2014*).

Une autre étude a évalué l'effet de l'huile de baies d'argousier en cas de troubles liés **aux effets indésirables de la chimiothérapie** (peau rouge, desquamante, et facilement irritée,

associée à une sécheresse cutanée, des démangeaisons et des inflammations des muqueuses dans la bouche et le pharynx). Grâce à une association d'utilisations internes et externes, le soulagement de divers symptômes a pu être constaté, confirmant les propriétés régénérantes et cicatrisantes de l'huile (*Klinoskop*, 2011).



Qualité hors du commun: Huile de baies d'argousiers originaires de la Toscane ensoleillée

Pour cultiver l'argousier, un sol avec des caractéristiques adaptées et beaucoup de soleil sont nécessaires. En Toscane, l'entreprise familiale Künzi & Röthlisberger peut offrir ces conditions à la plante. Depuis des années, ils cultivent l'argousier avec beaucoup de passion et d'énergie. Une attention particulière est accordée à une gestion écologique et durable. Grâce à une exploitation biologique et dynamique des champs, un traitement efficace sur le plan énergétique et l'élevage de variétés adaptées, un concept de développement durable est appliqué.



Bibliographie

Käser H., 2012. Naturkosmetische Rohstoffe. Wirkung, Verarbeitung, kosmetischer Einsatz. Freya, Linz, 407 S.

Klinoskop, 2011. Anwenderbeobachtung der Klinik Chemnitz gGmbH über die Anwendung von Produkten mit Sanddorn-Fruchtfleischöl zur Linderung von Nebenwirkungen der Che-motherapie, <http://slichemicals.de/wp-content/uploads/2014/12/Broschüre-Anwenderbeobachtung-Ausschnitt-öffentlicher-Artikel-D-04.09.2014.pdf>

Krist S, Buchbauer G, Klausberger C., 2008. Lexikon der pflanzlichen Fette und Öle. Springer, Wien, 527 S.

Larmo P, Yang B, Hyssälä J, Kallio H, Erkkola R., 2014. Effects of sea buckthorn oil intake on vaginal atrophy in postmenopausal women: A randomized, double-blind, placebo-controlled study. *Maturitas, The European Menopause Journal*, 79 (3), 316-321.

Larmo P, Järvinen R, Setälä N, Yang B, Viitanen M, Engblom J, Tahvonen R, Kallio H., 2010. Oral Sea Buckthorn Oil Attenuates Tear Film Osmolarity and Symptoms in Individuals with Dry Eye. *The Journal of Nutrition*, 140 (8), 1462-1468.

Röthlisberger und Siegrist, 2018. Azienda Agricola San Mario, Apport personnel.

von Braunschweig R., 2007. Pflanzenöle. Qualität, Anwendung, Wirkung. Stadelmann, Wiggensbach, 224 S.

Pour la production de la précieuse huile à partir des baies d'argousier, on coupe tout d'abord les branches portant les baies dans le champ. Celles-ci sont ensuite congelées. Cette étape facilite l'extraction des petites baies des rameaux épineux. Les baies, soigneusement décongelées sont alors broyées et le jus est séparé de la pulpe. Il est ensuite possible d'obtenir l'huile des baies d'argousier pure au moyen d'une centrifugation. Le choix de variétés adaptées, de la culture écologique et du traitement durable, contribue à produire une huile de baies d'argousier pure de très grande qualité (*Röthlisberger und Siegrist*, 2018).