



mutaero

Vous respirez la santé



Les répulsifs naturels

Découvrir des plantes utiles pour se protéger des moustiques et des tiques

- **Géranium rosat**
- **Eucalyptus citronné**
- **Neem**



Auteur: Valérie CLASQUIN

Date: 25 juin 2026

Des plantes répulsives pour profiter de l'été sereinement

Les beaux jours invitent à profiter davantage du jardin, des promenades, des repas en terrasse ou des activités en pleine nature.

Mais ils s'accompagnent aussi parfois de visiteurs moins appréciés : les moustiques et les tiques.

Si ces derniers font partie de notre environnement, certains peuvent transmettre des maladies ou provoquer des réactions désagréables.

Depuis toujours, les êtres humains ont observé la nature pour trouver des moyens de s'en protéger.

Bien avant l'apparition des répulsifs modernes, certaines plantes étaient déjà utilisées pour éloigner les insectes grâce aux substances aromatiques qu'elles produisent naturellement.

Ces molécules odorantes jouent un rôle essentiel pour les végétaux.

Elles leur permettent de communiquer, d'attirer les pollinisateurs ou encore de se défendre contre certains prédateurs.

Ce que nous percevons comme un parfum agréable peut ainsi constituer un véritable signal d'éloignement pour les moustiques ou les tiques.

Des plantes répulsives pour profiter de l'été sereinement

Dans cet atelier, nous découvrirons trois plantes aux propriétés répulsives reconnues et complémentaires.

Chacune possède sa propre histoire, son origine géographique et ses particularités botaniques.

- Le géranium rosat, apprécié pour son parfum délicatement fleuri, est riche en molécules naturellement répulsives.
- L'eucalyptus citronné, originaire d'Australie, est aujourd'hui l'une des plantes les plus étudiées pour son efficacité contre les moustiques et les tiques.
- Le neem, surnommé en Inde « l'arbre invincible », est utilisé depuis des millénaires pour protéger les cultures, les habitations et les personnes contre de nombreux insectes.

Au fil des pages, vous découvrirez comment apprécier, utiliser ces végétaux, leurs principales propriétés, quelques anecdotes surprenantes ainsi que leurs précautions d'emploi.

Nous terminerons par la réalisation d'un liniment gélifié répulsif, simple à préparer, associant les bienfaits de ces trois plantes pour accompagner vos activités estivales en toute sérénité.

Observer, comprendre et utiliser les plantes : une belle façon de renouer avec les savoirs de la nature tout en prenant soin de soi.



Le géranium rosat bourbon

Géranium rosat (*Pelargonium graveolens* cv Bourbon)

Le géranium rosat est une plante vivace originaire d'Afrique australe, appréciée pour son parfum délicat rappelant à la fois la rose et les agrumes.

Cultivé depuis plusieurs siècles pour son odeur raffinée, il est devenu l'une des plantes emblématiques de la parfumerie.

Ses feuilles, très aromatiques, libèrent leur parfum au moindre froissement.

Traditionnellement, le géranium rosat est utilisé pour apaiser les petites irritations de la peau et favoriser sa réparation.

Son odeur agréable provient notamment de molécules naturelles comme le géraniol et le citronellol, également connues pour leur action répulsive vis-à-vis de certains insectes, notamment les moustiques.

Le géranium rosat est utilisé sous forme d'hydrolat, doux et facile d'emploi, ou d'huile essentielle, plus concentrée.

Son parfum floral permet d'associer efficacité et plaisir d'utilisation, ce qui explique sa présence fréquente dans les préparations naturelles destinées à éloigner les insectes.

Son feuillage parfumé et ses fleurs délicates en font une plante ornementale très appréciée qui apprécie chaleur et lumière.

Peu rustique, il est cultivé en pot afin d'être protégé du gel pendant l'hiver.

Facile à multiplier par bouturage, il constitue une excellente plante pour les jardiniers débutants.



L' Eucalyptus citronné

L'eucalyptus citronné, *Corymbia citriodora*, est un grand arbre originaire d'Australie, apprécié pour le parfum frais et citronné de son feuillage.

Lorsque l'on froisse ses feuilles, il dégage une odeur évoquant la citronnelle. Cette senteur est due à la présence d'une molécule appelée citronellal, naturellement produite par la plante.

Aujourd'hui, l'huile essentielle d'eucalyptus citronné est l'une des plus utilisées pour aider à éloigner moustiques et tiques. Son efficacité est largement reconnue et elle est souvent proposée comme alternative aux répulsifs conventionnels.

Dans les médecines traditionnelles, elle est également employée pour apaiser les sensations d'inconfort après une piqûre et pour soulager certaines tensions musculaires ou articulaires, car elle a des propriétés anti-inflammatoires.

La citronnelle est souvent la première plante évoquée contre les moustiques. L'huile essentielle d'eucalyptus citronné est elle aussi reconnue pour ses propriétés répulsives, son parfum frais et agréable, ses propriétés apaisantes.

Originaire d'Australie, l'eucalyptus citronné apprécie la chaleur et les expositions ensoleillées. Il est peu commun de le cultiver chez nous.



Le Neem ou Margousier

Neem, Margousier ou Azadirachta indica

Arbre originaire d'Inde et des régions tropicales d'Asie, il occupe, depuis des millénaires, une place importante dans les traditions ayurvédiques où il est souvent surnommé « l'arbre invincible ».

Particulièrement résistant à la sécheresse et aux fortes chaleurs, il peut atteindre plus de vingt mètres de hauteur.

Ses feuilles légères et son port élégant en font un arbre emblématique des paysages indiens.

L'huile végétale de neem est obtenue à partir des graines de ses fruits. Elle contient naturellement de nombreuses substances protectrices, dont l'azadirachtine, reconnue pour son action répulsive sur de nombreux insectes.

Traditionnellement utilisée pour éloigner moustiques, tiques et autres parasites, l'huile de neem est aussi appréciée pour ses propriétés purifiantes et apaisantes sur la peau (à diluer avec une autre huile végétale pour atténuer l'odeur).

Son odeur, assez caractéristique et parfois surprenante, ne fait pas toujours l'unanimité. Pourtant, cette particularité participe justement à son efficacité contre de nombreux insectes.

Originaire des régions tropicales, le neem est surtout utilisé sous nos latitudes sous forme d'huile végétale.



La gomme Xanthane

La gomme xanthane, auxiliaire précieux pour les préparations maison, n'est pas une plante mais un épaississant d'origine naturelle obtenu par fermentation de sucres végétaux.

Très utilisée dans l'alimentation et la cosmétique, elle permet de donner une texture plus homogène aux préparations contenant à la fois une phase aqueuse et une phase huileuse, par exemple.

Dans notre liniment répulsif gélifié, elle aide à maintenir ensemble l'hydrolat de géranium et l'huile de neem tout en apportant une texture douce et agréable à appliquer sur la peau.

Quelques pincées suffisent pour transformer un mélange liquide en un gel léger et stable.

Facile à utiliser, elle permet d'obtenir une préparation plus pratique à transporter et à appliquer.

Elle est généralement très bien tolérée et ne possède ni odeur ni propriété répulsive propre. Son rôle est avant tout technique : améliorer la texture et le confort d'utilisation de la recette.



Formule anti-moustiques

Recette du liniment gélifié répulsif

Formule pour 100 ml

- 75 ml d'hydrolat de géranium rosat
- 1 g de gomme xanthane
- 25 ml d'huile végétale de neem
- 15 gouttes d'huile essentielle d'eucalyptus citronné

Formule pour 10 ml

- 7,5 ml d'hydrolat de géranium rosat
- 0,1 g de gomme xanthane
- 2,5 ml d'huile végétale de neem
- 1 à 2 gouttes d'huile essentielle d'eucalyptus citronné

Préparation

1. Mélanger l'hydrolat et la gomme xanthane dans un bol.
2. Laisser poser pour que le gel se forme quelques minutes.
3. Mélanger l'huile de neem et l'huile essentielle dans un autre bol.
4. Incorporer ensuite au gel formé en fouettant délicatement.
5. Mettre en flacon.

Appliquer sur les zones exposées avant une activité en extérieur. Renouveler l'application après une baignade ou en cas de transpiration importante. Éviter les yeux et les muqueuses. Réservé à l'adulte et à l'enfant de plus de 3 ans.

Conserver de préférence au réfrigérateur et utiliser dans les 4 à 6 semaines.