

Aloé véra

Aloe vera L.

Xanthorrhoeaceae

NOMENCLATURE

Français : aloé véra, aloé vrai, aloès des Barbades

Brezhoneg : aloe

English : aloe

Español : sábila

BOTANIQUE

L'aloé véra est une herbacée succulente vivace pouvant dépasser le mètre de hauteur. Ses feuilles charnues et bordées d'épines poussent en rosette près du sol. Ses fleurs en trompettes jaunes ou orange, sont réparties en épis à l'extrémité d'une hampe. L'aloé véra est originaire de la péninsule arabique et d'Afrique de l'est. Les aloès sont cultivés et utilisés depuis des millénaires, en particulier dans le bassin méditerranéen. Ils embarquent pour les Antilles à partir d'où l'aloé véra sera diffusé vers bon nombre de pays tropicaux.

ETHNOBOTANIQUE

Les aloès étaient utilisés dans l'Égypte ancienne, en particulier pour les embaumements. A l'époque d'Alexandre, les Grecs employaient l'aloès provenant de l'île de Socotra dans l'Océan indien. Ils ont été introduits en Europe occidentale au X^{ème} siècle, puis aux Antilles au XVII^{ème} siècle.

On en récoltait le suc jaune très amer s'échappant des feuilles coupées, pour le sécher et ensuite l'utiliser comme puissant laxatif.

Le gel de l'intérieur des feuilles entre dans des lotions pour le soin de la peau. On dit que Cléopâtre devait sa beauté à cette plante.

A partir des années 1950, date de la découverte de son efficacité sur les brûlures dues aux radiations, que la plante devient populaire en Occident. On lui prête un tas de bienfaits, en particulier celui de soigner le cancer. Ces allégations ne sont pas vérifiées scientifiquement et nous invitons les lecteurs à garder un esprit critique et à être vigilant quant à l'emploi de cette plante.

Espèce ornementale, elle protège les lieux du mauvais œil et apporte chance et prospérité dans les commerces où elle est parfois suspendue.



CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Le gel intérieur de la feuille d'aloé véra contient de l'aloïne (20 à 30 %), une carboxypeptidase, de l'acide salicylique, de la gibbérelline, de l'aloé-émodyne, des saponines, des stérols, des traces de dérivés anthracéniques et de l'oxalate de calcium.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Le gel de l'aloé véra présent au centre des feuilles est un très bon anti-inflammatoire, il accélère la cicatrisation des plaies en favorisant la circulation sanguine.

Ce gel, doté d'une activité anti-sécrétoire gastrique et gastro-protectrice, est aussi bon pour soigner les ulcères d'estomac.

Le suc jaunâtre, amer, contenu dans les parties vertes est un puissant laxatif stimulant qui doit être employé avec précautions.

Les feuilles ont des propriétés anti ovulatoires et sont ocytociques.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Le gel d'aloé véra peut être utilisé pour le soin des ulcères gastrites, de constipation, de maux d'oreilles, d'otites, de plaies, de brûlures, de dermatoses et d'ulcères.

L'usage interne de la plante est à surveiller. Il ne faut pas l'utiliser de façon prolongée et ne pas dépasser 50 grammes de feuilles fraîches par jour.

L'usage externe ne présente aucun risque.

TOXICITÉ

Les feuilles, par voie orale, favorisent les contractions de l'utérus et sont déconseillées chez la femme enceinte. Elles rendent le lait amer et entraînent des diarrhées chez le nourrisson.

Il est recommandé de ne pas les utiliser durant l'allaitement, les périodes menstruelles, chez les enfants, dans les cas de prostatite, de cystite et d'hémorroïdes.

