

Framboisier

Rubus idaeus L.

Rosaceae

NOMENCLATURE

Français : framboisier

Brezhoneg : bod flamboes

English : raspberry

Español : frambueso

BOTANIQUE

Le framboisier est un arbrisseau aux tiges dressées, cylindriques, qui peuvent atteindre 1,5 mètre de hauteur. Ces tiges armées de fins aiguillons naissent sur la souche drageonnante vivace, vivent deux ans puis meurent. Elles portent des feuilles pennées et des fleurs blanches à 5 pétales. Elles donneront de petites drupes tomenteuses rouges qui se détachent du réceptacle à maturité et contiennent la graine.

Les framboisiers aiment les prairies et sous-bois d'Eurasie tempérée froide.

Il existe de nombreux sous espèces, variétés et cultivars.



ETHNOBOTANIQUE

Les feuilles de framboisier étaient préconisées pour aider l'accouchement.

Elles fortifient la musculature lisse de l'utérus, facilitent l'amplitude des contractions et l'expulsion du bébé.

Comme le fruit, on les conseillait aux hommes, chez qui elles augmenteraient la fertilité.

La décoction des feuilles était employée pour le soin des diarrhées, des aphtes, des conjonctivites, des ulcères et des plaies.

On l'employait aussi pour calmer la toux, soigner les angines et régulariser la menstruation.

Les premières framboises cultivées auraient été remarquées par les Croisés en Crète près du Mont Ida (Psiloritis), où Zeus passa son enfance. Sa nourrice, la nymphe Ida, blessée par les épines d'un framboisier, laissa tomber une goutte de sang sur le fruit blanc, qui devint rouge. D'où son nom scientifique, *idaeus*.

Sa culture se développe en Occident à partir du Moyen Âge le framboisier connaîtra alors de nombreuses améliorations.



CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les feuilles de framboisier contiennent des polypeptides, des polyphénols, des flavonoïdes (quercétine, kaempférol, rutine) et des tanins (fragarine).

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Les feuilles de framboisier sont toniques, anti-inflammatoires, légèrement astringentes, diurétiques, dépuratives et relaxantes de l'utérus.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Les feuilles de framboisier sont utiles en cas d'embarras gastro-intestinal, de digestion difficile, d'affection fébrile, d'inflammations urinaires, de rhumatisme, de goutte et de troubles de la menstruation.

Décoction de 20 g de feuilles par litre.

Une cuillerée à soupe par tasse.

Boire deux à trois tasses par jour.

TOXICITÉ

Les feuilles de framboisier ne sont pas toxiques aux doses préconisées.

Les feuilles de framboisier ne doivent pas être utilisées en début de grossesse ni chez les patients consommant de la théobromine.



© Freepik.com