Mauve

Malva sylvestris L.

Malvaceae

NOMENCLATURE

Français : mauve, mauve sylvestre, grande mauve, mauve officinale
Brezhoneg : *malv, malv braz, kaol malo, malo*
English : *mallow*
Español : *malva*

BOTANIQUE

La mauve est une herbacée bisannuelle poilue qui peut dépasser un mètre de hauteur.
Elle porte des feuilles aux lobes dentés et arrondis et des fleurs roses à pourpres, aux nervures plus sombres et aux étamines rassemblées en faisceau. Ses fruits, composés d'akènes aplatis disposés en cercle, sont appelés communément fromageons.
Elle se rencontre dans les lieux incultes, les prés, et aux alentours des habitations de l'Eurasie et du pourtour méditerranéen.

ETHNOBOTANIQUE

Il y a trace de l'utilisation de la mauve dans les temps préhistoriques.
Panacée, les Anciens la nommaient « *Omnimorbia* », remède à toute maladie et elle figure en bonne place dans leur littérature, sur les marchés et les tables.
On ventait ses qualités purgatives et son emploi régulier pour libérer le ventre et l'esprit, modérer les passions, favoriser les vertus et se mettre à l'abri de la maladie.
Elle entre dans les tisanes pectorales pour le soin qu'elle apporte aux bronchites.
La mauve est très utilisée pour le soin des affections cutanées tant en médecine humaine que vétérinaire, des ulcères aux mammites.
Sa douceur la fait entrer dans de nombreuses lotions cosmétiques pour le soin du visage.
Comme en Europe autrefois, certains peuples continuent à utiliser ses feuilles cuites comme légume.
Ses fleurs sont utilisées pour la décoration des salades.

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les feuilles et fleurs de mauve contiennent des mucilages (5 à 10 %), des flavonoïdes, des glycosides anthocyaniques (fleur), des tanins, des vitamines et de nombreux sels minéraux.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

La feuille et la fleur de mauve ont des propriétés antibactériennes, anti-inflammatoires, cicatrisantes, émollientes, adoucissantes, calmantes, expectorantes, diurétiques et laxatives.
Le genre Malva rassemble de nombreuses espèces aux propriétés similaires.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Les feuilles et les fleurs de mauve sont employées pour le soin de bon nombre d'inflammations internes et externes (gastrites, gastro-entérites, affections des reins, bronchite, toux, raucité, laryngite, gingivite ulcérations et démangeaisons de la peau, conjonctivites, éruptions cutanées...).
Infusion de10 à 30 g par litre d'eau.
1 à 2 cuillerées à soupe par tasse.
Boire 2 à 3 tasses par jour avant les repas.
Infusion ou décoction à 5 % pour l'usage externe, pour collyre, gargarisme, compresse ou cataplasme.
Il est conseillé d'extraire les mucilages sous forme de macération froide.

Malva sylvestris var. *mauritiana* (L.) Boiss

TOXICITÉ

La mauve n'est pas toxique.