

Myrte

Myrtus communis (L.) Herm.

Myrtaceae

NOMENCLATURE

Français : myrte
Brezhoneg : mirt
English : myrtle
Español : mirto

BOTANIQUE

Le myrte est un arbuste à petites feuilles persistantes aromatiques pouvant atteindre 3 mètres de hauteur. L'écorce de ses tiges se détache par plaques. Ses feuilles opposées sont coriaces, luisantes et vert foncé. Ses fleurs blanc crème ont 5 pétales et des étamines très nombreuses. Elles donnent une baie d'un noir bleuté. Le myrte aime les zones sèches du bassin méditerranéen.

ETHNOBOTANIQUE

Le myrte était sacré dans l'Antiquité. La blancheur des fleurs de myrte symbolisait la pureté, la jeunesse, l'amour et l'immortalité. Une couronne de myrte ornait la tête des mariés.

Chez les Grecs le myrte était consacré à Aphrodite, déesse de l'amour. Les décoctions de feuilles étaient employées pour soulager l'estomac, aider à la digestion, soigner les affections pulmonaires et calmer les infections urinaires.

On s'en servait pour laver les plaies, les ulcères, et on appliquait des cataplasmes ou des pâtes sur les contusions et les hémorroïdes.

En gargarisme elles soignaient les gingivites.

Ses baies aromatiques et digestives étaient employées comme épice dans la cuisine, pour assaisonner les charcuteries, les viandes et parfumer les pâtisseries.

De ses fleurs, on fabriquait une eau de toilette, l'« eau d'ange ».

Les feuilles ont servi au tannage des peaux.

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les feuilles de myrte contiennent une huile essentielle (0,30 à 0,60 % myrtole, pinène, limonène), une résine, des glucosides (myricétine), des flavonoïdes et des tanins (14 %).

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Les feuilles de myrte sont antiseptiques des voies respiratoires et urinaires, astringentes, hémostatiques, stimulantes digestives et améliorent les affections cutanées.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

Les feuilles de myrtes sont utiles en cas d'affections pulmonaires, de toux, d'affections de la gorge, de diarrhées, d'infections urinaires, d'hémorroïdes, de dermatoses (psoriasis, herpès, érysipèle).

Infusion de 20 g par litre.

Une cuillerée à soupe de feuilles par tasse.

Boire 2 à 3 tasses par jour.

Décoction concentrée en usage externe.

TOXICITÉ

Le myrte n'est pas toxique aux doses thérapeutiques.

