

Olivier

Olea europea L.

Oleaceae

NOMENCLATURE

Français : olivier

Brezhoneg : olivenn

English : olive

Español : olivo, aceituno

BOTANIQUE

L'olivier est un arbre à feuillage persistant pouvant atteindre les 10 mètres de hauteur. Son tronc est grisâtre et cannelé. Ses petites feuilles opposées sont coriaces, enroulées sur les bords, vertes ponctuées de blanc au-dessus et blanchâtres au-dessous.

Ses petites fleurs blanc verdâtre en grappes donnent des fruits, drupes ovoïdes devenant noires à maturité et contenant une graine unique.

L'olivier pousse à l'état sauvage dans tout le bassin méditerranéen, où il est également cultivé. On récolte les feuilles toute l'année.



ETHNOBOTANIQUE

D'une longévité exceptionnelle, l'olivier, domestiqué depuis des millénaires, est l'arbre des civilisations de la Méditerranée. Son huile, très nourrissante, indispensable pour l'alimentation, l'éclairage, les soins, les pratiques sportives et religieuses, faisait l'objet d'un commerce sans cesse croissant. Les agronomes se sont alors employés à améliorer les variétés et la production dans tout l'Empire romain. L'amélioration de l'invention gauloise du savon, en remplaçant la graisse animale par l'huile d'olive, à Alep, puis à Marseille, où il contient 72 % d'huile, s'est alliée à la créativité des parfumeurs provençaux. La voie vers une diversification des produits d'hygiène et de soin s'ouvrait.

Les feuilles d'olivier étaient utilisées depuis l'Antiquité pour soigner les blessures. Elles ont remplacé les écorces de quinquina (*Cinchona officinalis* L.) pour le soin de fièvres. L'olivier symbolise la victoire, la fécondité et surtout la réconciliation et la paix.

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

Les feuilles contiennent un amer (oléoropine), des sécoiridoïdes, des acides organiques, des phytostérols, des flavonoïdes et des tanins.

PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

Les feuilles d'olivier sont hypotensives, abaissent la tension artérielle et améliorent la circulation. Elles sont aussi antiseptiques, diurétiques, antidiabétiques, hypocholestérolémiantes, fébrifuges et facilitent les fonctions hépatiques.

USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

L'usage des feuilles est utile en cas d'hypertension modérée, d'excès de cholestérol, d'excès d'urée et de certains diabètes.

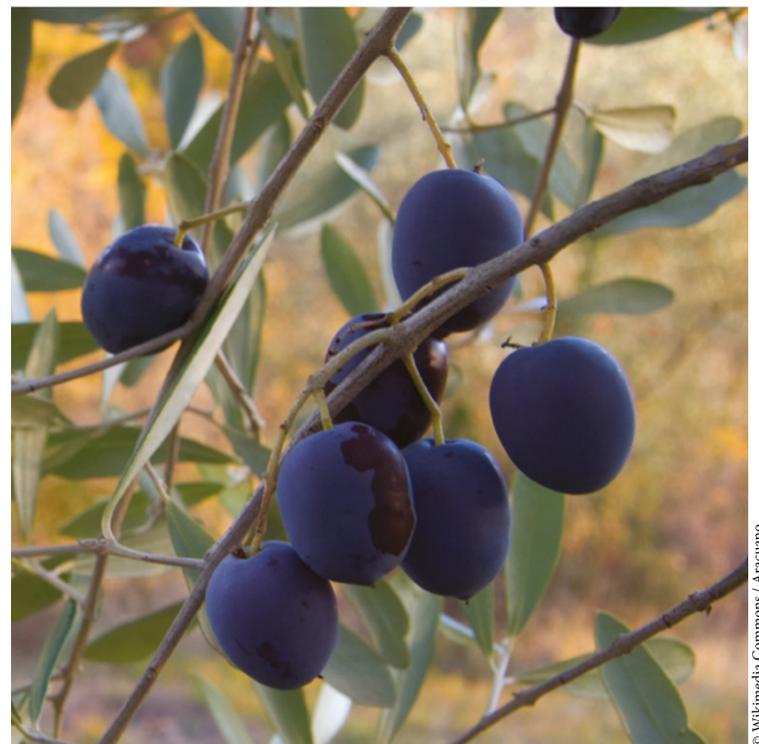
Décoction de 10 g par jour, soit environ 20 feuilles sèches (ou 40 feuilles fraîches) pour un demi litre d'eau, à boire dans la journée.

On peut en faire un vin de feuilles : faire macérer trois jours 100 g de feuilles fraîches dans un litre de vin, passer en exprimant. Boire un petit verre à liqueur deux fois par jour.

L'usage des feuilles d'olivier nous rappelle les propriétés de l'huile d'olive pour le drainage du foie et de la vésicule, la protection des voies digestives et de la peau.

TOXICITÉ

L'usage des feuilles est sans danger aux doses préconisées.



© Wikimedia Commons / Atraciano



© Michel Frédéric