

# Passiflore

## *Passiflora incarnata* L.

Passifloraceae

### NOMENCLATURE

**Français :** passiflore, fleur de la passion, granadille

**Brezhoneg :**

**English :** passion flower

**Español :** pasionaria

### BOTANIQUE

La passiflore est une grande plante grimpante. Sa tige est ligneuse et de couleur brun verdâtre. Les feuilles sont alternes et divisées en 3 lobes. A l'aisselle des feuilles, des vrilles servent à la fixation de la plante. Les fleurs sont grandes et solitaires, et caractérisées par une couronne rose entourant une corolle blanche. Le fruit, ovoïde et charnu, renferme des graines noires noyées dans une pulpe très juteuse.

La passiflore pousse dans les forêts d'Amérique tropicale. Elle est souvent plantée dans les jardins.

Le nom de « fleur de la passion » est donné à plusieurs espèces du genre. Les espèces *Passiflora edulis* Sims et *Passiflora ligularis* Juss., fruits de la passion sont cultivées. L'espèce *Passiflora caerulea* L., à la couronne bleue est une plante ornementale très appréciée.



© Pollinator

### ETHNOBOTANIQUE

Les Amérindiens utilisent la plante entière pour le soin des yeux gonflés et irrités. La passiflore était employée pour calmer les personnes anxieuses, soigner les insomnies tout comme les tachycardies et l'hypertension.

Elle servait aussi à soulager les spasmes nerveux de l'asthme, et les crises d'épilepsie. En compresses, les décoctions de passiflore apaisaient les brûlures et les irritations de la peau.

Les conquérants espagnols virent dans cette fleur si particulière les instruments de la « passion » du Christ : les 5 marteaux/étamines, la corolle/couronne d'épines et les stigmates en croix.

Elle fut introduite en Europe au XVII<sup>ème</sup> siècle.

Aux Etats Unis d'Amérique, à la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, la teinture mère de passiflore était préconisée contre l'hystérie et l'épilepsie.

En France elle fut recommandée en 1916 contre l'angoisse de guerre.

### CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

La passiflore contient des stérols (stigmastérol, sitostérol), des flavonoïdes (1,5 % saponarine, vitexine, saponarétine, orientine), du pyrone (maltol) et des alcaloïdes (0,03 % harmine).

### PROPRIÉTÉ PHARMACOLOGIQUE

La passiflore est sédatrice, spasmolytique, analgésique, anxiolytique et induit le sommeil.

### USAGE THÉRAPEUTIQUE ET POSOLOGIE

La plante est utile contre les insomnies, les angoisses émotionnelles, les névralgies, les états nerveux, l'excitation cérébrale et les troubles de la ménopause.

Infusion de 20 g de parties aériennes par litre.

Une cuillerée à soupe de plante coupée par tasse.

Boire 2 ou 3 tasses par jour, dont une au coucher.

Infusé de 2 g par tasse.

### TOXICITÉ

La passiflore n'est pas toxique aux doses thérapeutiques.



© Michel Frédéric



© Michel Frédéric