



Noms vernaculaires

Moringaceae

Français : moringa, néverdier, ben ailé, arbre de vie

Mooré : arzen tí

Lyle : nasar chimi

Dioula : arijinyiri

Botanique

Ce petit arbre à croissance rapide, porte un feuillage caduc et son écorce est claire. Ses feuilles sont composées de nombreuses folioles ovales de couleur vert clair. Ses fleurs blanches parfumées apparaissent toute l'année suivant les endroits et les périodes de récolte. Ses fruits sont de longues capsules qui s'ouvrent en trois parties, contenant des graines rondes, ailées, brunes et riches en huile.

Planté dans toute l'Afrique de l'Ouest, le moringa serait originaire de l'Inde.

Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, fleur.

Les feuilles de moringa peuvent être consommées sous forme de tisane ou de légume cuit pour améliorer la nutrition et pour soigner les ulcères gastriques et l'hypertension artérielle (de 3 à 8 g de poudre par jour).

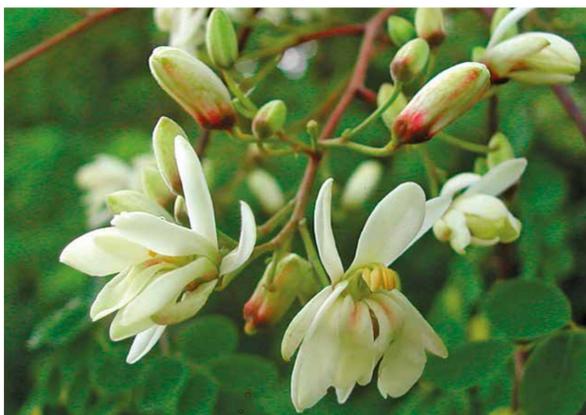
Médecine traditionnelle burkinabè

On connaît surtout le moringa par l'usage alimentaire que l'on fait de ses feuilles. Elles entrent dans la composition de nombreuses sauces et sont très fortifiantes.

On emploie ses feuilles pour stimuler l'organisme et redonner de l'appétit, surtout aux convalescents.

Certains appliquent des cataplasmes de feuilles sur les plaies et les ulcères.

L'huile de ses graines, comme le beurre de karité, sert à masser les articulations douloureuses et aussi à adoucir la peau irritée.



Toxicité

La plante n'est pas toxique, cependant, il est recommandé d'éviter son emploi chez les femmes enceintes, de fortes doses et un usage prolongé.

Propriétés pharmacologiques

Les feuilles de moringa sont particulièrement nutritives par leur richesse en protéines et oligo-éléments. Dans plusieurs pays d'Afrique, elles interviennent dans des programmes de nutrition pour les enfants et les personnes atteintes du VIH. Elles présentent également des propriétés antibactériennes, anti-inflammatoires, cicatrisantes et hypotensives.

