



Noms vernaculaires

Fabaceae

Français : pois d'Angole,
pois cajan

Mooré : nasar benga

Lyele : nasár swena

Botanique

Ce petit arbuste, pouvant atteindre 3 mètres de hauteur, a des feuilles de couleur vert-glaucue, composées de 3 folioles et couvertes de petits poils blanchâtres. Son tronc dépasse rarement 10 centimètres de diamètre. Ses fleurs jaunes donnent une gousse qui peut contenir de 3 à 8 graines comestibles.

Comme la plupart des plantes de sa famille, le pois d'Angole fixe l'azote du sol, au niveau de ses racines, contribuant ainsi à une amélioration des qualités de ce dernier. Bien qu'elle préfère des conditions humides, cette espèce fait partie des légumineuses qui tolèrent le mieux la sécheresse. Le pois d'Angole est originaire des Indes orientales et est arrivé sur le continent africain il y a bien longtemps.



Usages thérapeutiques et posologie

Parties utilisées : feuille, graine.

Son emploi est recommandé comme anti-diarrhéique : décoction de 15 grammes de feuilles par litre d'eau, à boire dans la journée.

Dans les troubles cutanés superficiels : appliquer en compresses la macération obtenue par le décocté d'une poignée de feuilles coupées.

Pour les soins capillaires : macération aqueuse des jeunes feuilles pour fortifier les cheveux et prévenir leur chute.

Dans l'alimentation : l'addition de graines de pois d'Angole pour des personnes atteintes de drépanocytose peut aider à compenser les pertes urinaires en acides aminés et à diminuer les crises douloureuses. La qualité nutritionnelle des graines contribue à l'apport protéique alimentaire.

La consommation des graines est également recommandée chez le diabétique.

Médecine traditionnelle burkinabè

Le jus des feuilles est utilisé pour le soin des troubles de la vision.

La décoction des feuilles est parfois employée pour soigner la toux et les maux de gorge.

Les graines fraîches en décoction sont réputées pour soulager les troubles urinaires masculins.

Les graines sont consommées dans l'alimentation et entrent dans de nombreuses sauces.



Propriétés pharmacologiques

Les feuilles ont des propriétés antibactériennes, antifongiques, anti-diarrhéiques et hypotensives.

Les graines possèdent des propriétés hypoglycémiantes et antidrépanocytaires (diminution *in vitro* de la proportion de cellules falciformes).

Toxicité

Les femmes enceintes éviteront la consommation des feuilles aux effets tératogènes. La consommation des graines est sans danger.

