

Immortelle des dunes

Dune

Helichrysum stoechas (L.) Moench subsp. *stoechas*

Asteraceae

NOMENCLATURE

Français : immortelle des sables, immortelle des dunes

Brezhoneg : *melenig traezh*

English : *sandy everlastingflower, yellow chaste weed*

Español : *perpetua amarilla, siempreviva*

BOTANIQUE

L'immortelle des sables est une plante vivace très odorante pouvant atteindre 40 cm de hauteur. Ses nombreuses tiges sont d'abord couchées puis se redressent. Ses feuilles cotonneuses, d'un blanc verdâtre, étroites, sont enroulées en dessous sur les bords. Ses capitules de fleurs réunis en têtes serrées sont d'un jaune doré et donneront des graines brunâtres.

L'immortelle aime se développer sur le sable des dunes. La cueillette de la plante est réglementée.



ETHNOBOTANIQUE

Des espèces proches (*Helichrysum arenarium*, *Helichrysum italicum*), sont très utilisées pour le soin des affections du foie et des reins.

Ses fleurs, d'un parfum rappelant le curry, sont souvent associées à des mélanges de plantes pour tisanes.

Elles ne changeant pas de couleur et leur odeur aromatique mettent l'immortelle des sables en bonne place pour la confection de bouquets secs.

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

La plante contient une huile essentielle (pinène, isabolol, caryophyllène), des principes amers, des acides phénols, flavonoïdes, coumarines et tanins.

PROPRIÉTÉS PHARMACOLOGIQUES

La plante est antibactérienne, antifongique et antioxydante.

Des espèces proches sont anti-inflammatoires et diurétiques.

TOXICITÉ

La consommation de la plante est à éviter.

