

## JARDINAGE

## L'aloès, plante aux vertus guérisseuses

Joséphine Gretillat

**Plante facile d'entretien et peu exigeante, l'aloès est beaucoup cultivé à des fins ornementales et thérapeutiques.**

Célépâtre l'utilisait déjà comme produit de beauté. La réputation de l'aloès est millénaire et ses vertus sont connues sur tous les continents.

Son usage fut adopté par des peuples vivant dans des régions géographiques très éloignées les unes des autres. Chez les Egyptiens, il conservait la beauté et c'était un élixir de longue vie. Chez les Grecs, on soulignait ses vertus cosmétiques et Hippocrate le préconisait pour la repousse des cheveux, la guérison des tumeurs, le soulagement des maux d'estomac. Dioscoride lui attribua la propriété de faire coaguler le sang des blessures, de cicatriser les plaies, de guérir les furoncles, d'arrêter la chute des cheveux, etc. Au Japon, c'est une plante reine pour divers usages pharmaceutiques et cosmétiques et en Chine, l'aloès est cultivé depuis des siècles pour guérir



Culture d'Aloe vera dont les feuilles basales ont déjà été récoltées.

NIKODEM NIJAKI

les brûlures et les affections de la peau.

Il existe plus de 300 espèces d'aloès présentant une grande diversité de tailles, de formes et de couleurs. Seules quelques-unes sont médicinales (*Aloe vera*, *A. arborescens*, *A. ferox*, *A. capensis*, *A. saponaria*, *A. sinensis*).

L'aloès est une plante suc-

culente aux feuilles charnues, dentées avec des épines souples. Elle stocke l'eau dans ses feuilles. Si les conditions de culture sont favorables, elle fleurit chaque année dans les tons jaunes, orangés, rouges.

L'*Aloe vera* contient plus de 75 composés actifs (polysaccharides, composés phénoliques, acides organiques) ainsi

que des minéraux, des acides aminés et des vitamines. La médecine occidentale commença à reconnaître l'aloès d'abord pour ses propriétés purgatives dues à l'aloïne contenue dans la peau des feuilles (XIX<sup>e</sup> siècle). Les pionniers de l'aloès furent américains. En 1912, un planteur commença à le cultiver après qu'il observa la guérison de ses ouvriers brûlés grâce à la pulpe. Un chimiste dans les années cinquante fut soulagé instantanément par l'application de gel après un grave

coup de soleil étudia alors ses propriétés puis un pharmacien à la fin des années cinquante trouva le procédé naturel pour neutraliser les enzymes à l'origine de l'oxydation pour stabiliser le gel. Ce qui permit les cultures à grande échelle et son expansion dans le monde.

## ■ Culture

L'aloès est une plante xérophile, qui pousse en régions semi-désertiques au climat chaud sur des sols arides. Comme pour toute plante succulente, le substrat doit être très drainant et composé de terreau, terre, sable/et ou perlite, gravillon. Tous les aloès sont gélifs et doivent être cultivés en pot et rentrés en automne. Préférer les pots en terre cuite qui favorise l'évaporation de l'eau. La rusticité de l'*Aloe vera* est d'environ -3°C. Mais en pot, quand la température se situe vers 5°C, il est conseillé de le rentrer. L'hivernage de la plante se fait au frais (5-10°C) et au sec dans un local clair, mais si la plante est gardée en appartement à température ambiante, les plantes doivent être exposées en pleine lumière, derrière une fenêtre et être arrosées normalement en été et moins en hiver. En tous les cas, et cela pour toute plante succulente, il faut absolument éviter l'accumulation d'eau au niveau des racines et dans une sou-

coupe et ne rajouter de l'eau que lorsque la motte est redevenue sèche.

L'aloès se reproduit par graines mais surtout par les rejets qu'il produit à sa base. Il est très simple de détacher ces mini-plantes qui se forment au pied de la plante mère. Les laisser sécher un à quelques jours puis les repiquer dans un substrat drainant composé de terreau et de sable et/ou de perlite.

## ■ Extraction

C'est le gel mucilagineux au centre de la feuille qui contient les principes actifs. Il est prélevé en coupant longitudinalement la feuille et en raclant la pulpe tout en faisant attention de ne pas prélever une partie de l'écorce. Le gel visqueux est incolore et inodore. Il doit être utilisé immédiatement car il s'oxyde à l'air et à la lumière. On peut le conserver quelques jours dans un bocal fermé au frigo.

Pour stabiliser le gel, la technique brevetée par le pharmacien Bill Coats consiste à laisser incuber le gel dans des cuves durant trois jours à une certaine température en y ajoutant de la vitamine C et E et du sorbitol.

## ■ Usages

L'aloès a des propriétés anti-inflammatoires, antiseptiques, hydratantes et calmantes. La pulpe fraîche s'utilise sous forme de jus en interne et sous forme de gel en externe. Il désinfecte et cicatrise les blessures, soigne les coups de soleil, les brûlures et les irradiations. Il lutte contre le vieillissement cutané, combat les démangeaisons allergiques et les piqûres d'insectes chez l'homme et l'animal. En usage interne, c'est un régulateur du transit intestinal, un stimulateur des défenses immunitaires et un complément alimentaire. En usage vétérinaire, le gel d'aloès, totalement sans danger même s'il est ingurgité, est calmant, antiprurigineux, antiseptique et hydratant.

## Attention à ne pas faire la confusion entre aloë et agave

Aloë et agave peuvent parfois se confondre tant leurs formes sont proches. L'agave a des feuilles fibreuses, peu succulentes, souvent terminées par un aiguillon acéré. L'agave ne fleurit qu'une seule fois au bout de dix, vingt, trente ans, voire beaucoup plus. Souvent la floraison est impressionnante, car la fleur s'élève à plusieurs mètres de hauteur (jusqu'à 8 mètres chez *A. americana*). La plante meurt alors mais à son pied, plusieurs rejets sont apparus. La feuille de l'aloë est peu fibreuse et très succulente. La plante fleurit chaque année dès qu'elle atteint le stade adulte et la floraison n'entraîne pas la mort de la plante.

*Agave sisalana* et d'autres espèces font l'objet de grandes cultures car on extrait de leurs feuilles le sisal, fibre végétale qui sert à fabriquer des tissus et des cordes. Les agaves produisent aussi le mezcal (eau-de-vie mexicaine) et la tequila, obtenue à partir d'un agave bleu, *A. tequilana*.

Lorsque la plante est mûre (six-douze ans), les feuilles sont élaguées pour extraire le cœur de la plante, sorte d'ananas géant pesant jusqu'à 60 kilos. Les cœurs sont cuits puis broyés pour en extraire la pulpe. Celle-ci est fermentée et le jus obtenu est distillé deux fois. Enfin est apparu depuis peu sur le marché un nouveau produit, le sirop d'agave. D'abord présenté comme un édulcorant sain et naturel, le sirop d'agave, en fait, n'est pas inoffensif et non recommandable pour les diabétiques ou pour un régime hypoglycémique.



Agave tequilana.

STAN SHEBS



Le gel d'Aloe vera est incolore et inodore.

J. GRETILLAT

## HISTOIRE NATURELLE

## Le loup a trouvé un repaire à Fribourg

Marianne Baechler

**Thème d'actualité, le loup ne laisse personne indifférent. L'exposition temporaire «Loup – De retour parmi nous» au MHNF offre à chacun, au-delà de l'émotionnel, l'occasion de mieux connaître le canidé et de se forger une opinion basée sur des faits avérés.**

Traqué, le dernier loup du canton de Fribourg a été tué à Riaz en 1837. Eradiqué il y a plus de cent cinquante ans, il revient. «Le loup est un thème d'actualité tout le monde s'accorde à le dire. Face à son retour, il m'a paru important que le musée informe, sans prendre position, sur un sujet aussi controversé. Et donne des pistes de réflexions, permettant à chacun de se faire sa

propre opinion», éclaire Peter Wandeler, conservateur du Musée d'histoire naturelle de Fribourg (MHNF) et curateur de l'exposition. Dans cet esprit, deux dispositifs invitent le visiteur à s'interroger et à s'exprimer sur la place qu'il accorde au loup.

## Une expo exportable

«L'expo a été l'une des plus complexes à réaliser pas seulement par l'importance du thème mais par le concept ludique et didactique. Composé de jeux, de lumières et l'interaction entre ces deux éléments, le montage des structures exige de nombreuses contraintes. Tout est fait maison», inventorie le conservateur. La présentation en trois langues (français, allemand et anglais) en est une autre. Adaptable, elle s'exportera dans d'autres cantons. Deux institutions zurichoises sont déjà sur les rangs.

L'expo se décline en quatre parties: histoire, biologie, re-

présentation et retour. Elle montre qui est réellement le loup. Pourquoi il a été persécuté. Pourquoi et comment il est revenu. Pourquoi la cohabitation avec l'humain est si difficile. Entre les données scientifiques, les faits historiques et la situation actuelle du loup en Suisse, elle joue la carte de l'imaginaire largement entretenue dès l'enfance par la littérature et le cinéma. Malgré des préjugés négatifs, le loup continue de fasciner.

## Un animal protégé

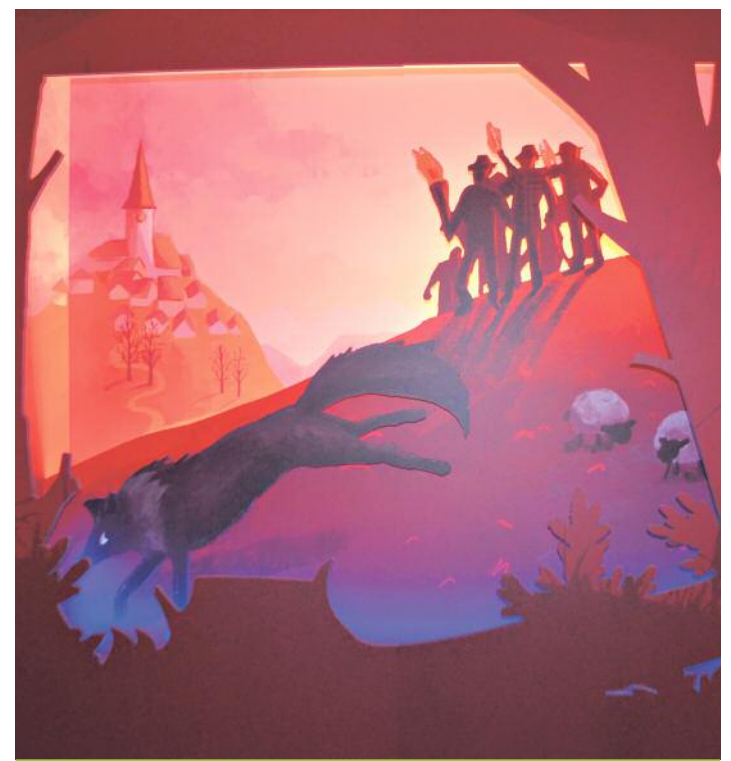
Venu d'Amérique du Nord, le loup a colonisé l'Europe bien avant l'homme. Il a failli disparaître quand, in extremis, il fut considéré comme animal protégé par la Convention de Berne en 1979. Au XIX<sup>e</sup> siècle, le défrichage et l'extension des surfaces d'élevage ont accéléré la disparition du gibier, obligeant le prédateur à trouver d'autres espaces de nourrissage. Depuis, la forêt a regagné plus de 30% de terri-

toire, favorisant le repeuplement de la faune sauvage et le retour du loup en 1995.

Venu d'Italie par les Pennins puis les Alpes, sa grande adaptabilité et sa capacité physique, le loup peut vivre partout et cohabiter avec l'homme. A la recherche de sa nourriture, de préférence les ongulés, l'infatigable coureur de grand fond peut franchir jusqu'à 25 kilomètres par jour à l'allure du trot. Dans nos contrées, son territoire s'étend sur environ 200 kilomètres.

Parlant de survie de l'espèce, Yann Fragnière, curateur, relève «qu'aujourd'hui, le loup a plus de chance de s'établir mais c'est bien aléatoire: en cause la mortalité naturelle, le braconnage, la route. La population des loups, estimée à une quarantaine d'unités, pourrait augmenter ces prochaines années». Tant qu'il partagera le même terrain de chasse ou occupé par l'humain, les conflits demeureront.

Des conférences, ateliers



L'exposition montre notamment pourquoi le loup a été persécuté par les humains.

M. BAECHLER

## INFOS UTILES

Musée d'histoire naturelle  
6, ch. du Musée  
1700 Fribourg  
Tél. 026 305 89 00  
www.fr.ch/mhn

pour petits et grands, excursions, visites chez un éleveur de chiens de protection, spectacle de *Pierre et le Loup* ponctuent les animations de l'exposition ouverte jusqu'au 20 août 2017.