



Redécouverte d'une plante miraculeuse

Les beautés de l'Égypte ancienne en étaient fans et les soldats s'en servaient pour cicatriser leurs plaies. Aujourd'hui, l'aloë vera – ou lys du désert – est un incontournable en cosmétique. Et commence même à être utilisé comme conservateur naturel dans l'industrie agro-alimentaire.

TEXTE: JÜRG LENDENMANN

Néfertiti et Cléopâtre l'ont très certainement utilisé comme soin de beauté cet aloès commun ou «vrai» (*Aloe vera* L.). Son nom est dérivé du mot arabe qui veut dire «amer» – alloeh – à cause du jus amer de la plante. Pour les Égyptiens, le lys du désert était la plante de l'immortalité: il les accompagnait dans la tombe, était utilisé pour l'embaumement et entrait dans la composition de divers remèdes et soins du corps.

Le jus ou latex d'aloë

Les plantes du genre *Aloe*, dont il existe environ 250 espèces, sont des succulentes qui ressemblent aux agaves. Elles poussent à l'état sauvage dans les régions tropicales et subtropicales mais sont aussi cultivées depuis longtemps partout dans le monde et sont aujourd'hui présentes également autour de la Méditerranée et sur les îles Canaries.

Quand on coupe la base d'une feuille d'aloë – qui peut peser jusqu'à 1,5kg –, il s'en écoule 5 à 10ml d'un jus de couleur miel qui vient de la fine couche

L'extrait brut ressemble à du foie cuit et a un goût écœurant.

de cellules située sous la peau épaisse de la plante. C'est la couche de latex. On récolte exclusivement le latex des aloès de Curaçao et du Cap.

L'aloès de Curaçao (*Aloe barbadensis* Miller = *A. vera* L.) est principalement cultivé dans les Antilles en mer des Caraïbes – notamment à la Barbade – et au Venezuela. Son nom rappelle l'époque où le jus d'aloès était exporté via Curaçao. Il est cultivé aujourd'hui dans les régions subtropicales d'Amérique.

L'aloès du Cap (*Aloe capensis*, *A. ferox*) est initialement originaire d'Afrique; son jus ne contient pas de glycosides amers.

Le latex extrait de ces deux espèces d'aloès est soit déshydraté lentement et délicatement, soit chauffé et évaporé sur le feu. L'extrait brut ainsi obtenu est brun foncé, ressemble à du foie cuit, est très odorant et a un goût amer écœurant.

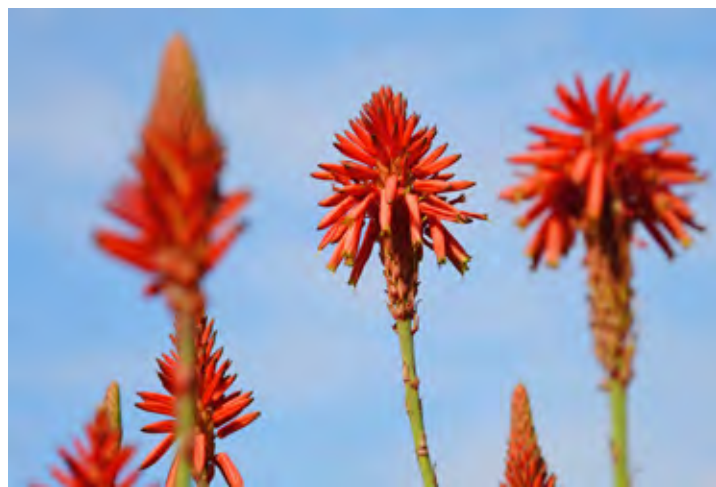
Un laxatif à utiliser uniquement sur une courte période

L'aloë a été utilisé comme remède contre les maladies les plus diverses en Afrique du Nord, par les peuples indigènes d'Amérique et, dans l'Antiquité, également comme précieux remède pour soigner les blessures de guerre. En Inde et en Chine, il fait aujourd'hui encore partie intégrante des remèdes de l'Ayurveda et de la MTC.

Le jus d'aloë doit son effet laxatif aux anthraquinones, des substances également présentes dans d'autres remèdes phytothérapeutiques comme la racine de rhubarbe, le séné et l'écorce de bourdaine. L'aloë, la rhubarbe et le séné entrent d'ailleurs généralement dans la composition de l'élixir du Suédois.

L'action laxative des anthraquinones est liée à leur métabolisation par les bactéries intestinales dans le côlon: les substances actives ne sont libérées qu'après la séparation du groupement sucre. Elles stimulent le péristaltisme intestinal, augmentent la sécrétion d'électrolytes (chlorure) et d'eau et inhibent en même temps la récupération d'eau et de sodium dans l'intestin. Dès lors, les selles contiennent plus d'eau, sont plus volumineuses et glissent mieux. Cette action apparaît 8 à 10 heures après la prise.

Le jus d'aloë peut également être administré sous forme de poudre, de capsules ou de comprimés. Comme d'autres laxatifs stimulants, les préparations à base de jus d'aloë vera ne doivent être utilisées que sur une période limitée (1 à 2 semaines), car les effets indésirables, y compris un risque cancérigène, surviennent surtout en cas d'utilisation prolongée. Il est recommandé de demander l'avis d'un médecin ou d'un pharmacien avant de prendre ce type de préparations pour exclure d'éventuelles contre-indications.



Fleur d'aloë vera

Photo: ShU studio/stock.adobe.com

Le gel d'aloë vera

Le gel d'*Aloe vera* (aloès de Curaçao) est composé à 95 % d'eau. On l'obtient par pressage et filtrage de la pulpe transparente des feuilles coupées, ou par d'autres méthodes d'extraction. Quel que soit le procédé, on veille à ce que le gel ne contienne pas de substances laxatives. Il est ensuite stabilisé par différents procédés brevetés, et parfois concentré, en préférant la lyophilisation au traitement à chaud en raison de la sensibilité des substances qu'il contient à la température.

Plus de 160 substances actives ont été étudiées à ce jour dans le gel. Le mucopolysaccharide le plus important sur le plan biologique est l'acémannan. On lui prête une action anti-inflammatoire, anti-diabétique et anti-oxydante. Il inhiberait aussi la croissance des bactéries, des champignons et des virus, voire pourrait les tuer.

Outre de nombreux essais *in vitro*, de nombreuses études *in vivo* ont également été menées, ainsi que des études de taille généralement réduite chez l'être humain. Les données scientifiques manquent encore sur l'action du gel par voie interne.

Un marché en plein boom

Le business autour du gel d'aloë vera est en plein essor, et pas seulement en raison de son succès en cosmétique. Il est aussi de plus en plus souvent intégré à des aliments comme les glaces, les sucreries et les «aliments fonctionnels», notamment comme additif aromatique et conservateur naturel. Alternative aux substances de synthèse, l'aloë vera et ses composants actifs sont utilisés comme antimicrobiens naturels, antioxydants et conservateurs dans les films comestibles et enrobages en biopolymères – dans le but de prolonger la durée de conservation des aliments périssables.

En application externe, le gel d'aloë vera est ajouté comme fluidifiant et hydratant aux produits cosmétiques. On lui attribue aussi une action anti-inflammatoire, apaisante, antibactérienne et cicatrisante. <

JÜRG LENDENMANN est titulaire d'un doctorat en biologie végétale. Après des années dans l'industrie pharmaceutique, il écrit depuis 2001 pour des médias spécialisés et grand public, principalement sur des thèmes liés à la santé.



Le gel d'aloë vera est obtenu à partir de la pulpe translucide des feuilles.