

# La Propolis



« Il faut toujours revenir à la nature  
pour s'assurer de la vérité ». Léon Binet

La propolis désigne toute une série de substances résineuses, gommeuses et balsamiques, de consistance visqueuse, recueillies sur certaines parties (bourgeons et écorces essentiellement) de végétaux (certains arbres principalement) par les abeilles, qui les rapportent à la ruche et qui les additionnent et les modifient vraisemblablement en partie par l'apport de certaines de leurs sécrétions propres (cire et sécrétions salivaires essentiellement).

**1) GÉNÉRALITÉS.** — Dans nos régions, les principales essences d'arbres connues pour être productrices de propolis sont représentées par différents conifères : pin, sapin, épicéa ; plusieurs espèces de peupliers (qui semble la source la plus importante) ; l'aune (ou aulne) ; le saule ; le maronnier d'Inde ; le bouleau ; le prunier ; le frêne ; le chêne et l'orme.

**2) RÉCOLTE.** — La récolte de propolis par l'homme directement à la source végétale se heurte, comme pour le pollen, à des difficultés faciles à comprendre ; par contre, un certain nombre d'abeilles butineuses, spécialisées dans ce travail, la récoltent naturellement à l'aide de leurs pattes postérieures, sous forme de petites pelotes qu'elles ramènent à la ruche en vue de diverses utilisations majeures à la vie de celle-ci : construction, réparation, vernissage, stérilisation des rayons et cellules, enrobage et embaumement des cadavres.

Il suffit alors à l'apiculteur d'en prélever au niveau de la ruche sans nuire à la colonie :

- soit par raclage et grattage des cadres ou parois de la ruche ;
- soit par l'utilisation de certains appareillages (grille en plastique souple par exemple) qui permettent d'obtenir une propolis de grande qualité.

La quantité récoltée de cette manière est très variable du fait des nombreux facteurs qui conditionnent la propre récolte de la propolis par les abeilles, mais elle se situe entre 100 et 300 g, en moyenne par ruche et par an.



La propolis se conserve facilement dans de bonnes conditions sans impératifs particuliers.

**3) ETUDE EXPÉRIMENTALE.** — La connaissance et l'utilisation de la propolis par l'homme, si elle est beaucoup moins ancienne que celle du miel, remonte tout de même à plusieurs millénaires avant notre ère. On lui reconnaît depuis au moins l'Égypte antique des propriétés médicinales curatives qui l'on fait utiliser très largement au fil des siècles dans un cadre thérapeutique empirique. Ce n'est que récemment que cet empirisme a pu être expliqué et complété grâce à de nombreux travaux scientifiques qui ont démontré :

- d'une part, son **innocuité absolue** et sa parfaite **tolérance** ;
- d'autre part, la réalité d'un certain nombre de **propriétés majeures** :
  - **antimicrobiennes** (bactériostatiques et bactéricides), fongicides et peut être virocides ;
  - **anesthésiques très puissantes** (3 à 4 fois supérieures à celles de la cocaïne).
  - **cicatrisantes notables** par stimulation de la régénération tissulaire.
  - **anti-inflammatoires non négligeables.**
- enfin, des **propriétés anti-oxydantes** et **phyto-inhibitrices** qui seraient à même d'avoir des applications pratiques très intéressantes dans le cadre de l'industrie alimentaire.

**4) COMPOSITION.** — Globalement et généralement, la propolis recueillie dans la ruche est constituée de :

- 50-55% de résines et baumes ;
- 25 à 35% de cire ;
- 10% d'huiles essentielles ;
- 5% de pollen ;
- 5% de matières diverses organiques et minérales.

De nombreux constituants ont été fractionnés et identifiés, les principaux étant de la classe des **flavonoïdes**, substances qui jouent un rôle considérable en thérapeutique.

On y trouve également la provitamine A et la vitamine B3 ou PP, ainsi qu'un vaste échantillonnage d'**oligo-éléments** : aluminium, argent, baryum, bore, chrome, cobalt, cuivre, étain, fer, magnésium, manganèse, molybdène, nickel, plomb, sélénium, silicium, strontium, titane, vanadium, zinc.



**5) PROPRIÉTÉS ET INDICATIONS.** — Nous parlons ici d'une "*propolis moyenne*" qui résume l'ensemble des données communes aux différentes propolis trouvées habituellement. Dans ce cadre la propolis est essentiellement une substance aux propriétés :

**ANTIBIOTIQUES, ANESTHÉSQUES, CICATRISANTES et ANTI-INFLAMMATOIRES.**

Elle est indiquée principalement dans :

- **Affections O.R.L.** (angines, pharyngites, laryngites, rhinites, sinusites, etc.).
- **Stomatologie** (gingivites, glossites, stomatites, infections dentaires, etc.).
- **Infections et inflammations de la sphère urogénitale en général.**
- **Dermatologie** (contusions, blessures, engelures, crevasses, brûlures, abcès, furoncles et suppurations diverses, ulcères variqueux, escarres, verrues, cors, durillons, eczémas, psoriasis, kératodermies, radiodermites, certaines mycoses, etc.).

**6) PRÉSENTATION.** — La propolis se présente le plus souvent :

- soit à l'état naturel et **seule substance active** sous forme de pâte à mâcher, fragments de grosseurs diverses ou tablettes, sous forme de granulés ou poudre, sous forme de teinture alcoolique et enfin sous forme d'extraits fluide, mou ou sec.
- soit à l'état naturel ou en extraits mais **en association** avec des substances médicamenteuses, des produits diététiques ou des produits cosmétiques.

La dose journalière et la durée du traitement sont très variables selon les présentations, les voies d'administration et les indications. En conséquence, nous demandons au lecteur de bien vouloir se reporter à notre opuscule — La Propolis — qui précise tous ces éléments.

Pas de contre-indication à proprement parler (sauf chez certains sujets allergiques) et absence d'incompatibilité avec d'autres thérapeutiques.