



Centella asiatica



Cette plante est connue pour ses propriétés en dermatologie, mais savez-vous qu'elle peut aussi être utilisée avec succès par voie orale? Sa composition chimique possède essentiellement quatre molécules lesquelles lui donnent la quasi totalité de ses propriétés externes et internes.

Un peu d'histoire

Aussi appelée herbe du tigre, Centella asiatica doit cette dénomination à une légende toujours en cours dans l'Asie du sud-est racontant que les tigres s'y roule pour panser leur blessures et que les éléphants qui en mangent vivent plus vieux.

Cette plante herbacées, pousse dans les régions chaudes sur les continents centre américain, sud africain, indien, chine du sud, péninsule indochinoise, Australie de l'ouest.

Elle a un port herbacé avec une feuille plate, verte, circulaire ou en forme de coeur.

Dans les pays de l'Asie du sud-est, elle est utilisée dans l'alimentation crue ou cuite ou mêlée à du lait de coco.

Les principes actifs

Il sont essentiellement au nombre de quatre :

- L'asiaticoside
- Le madecassoside
- L'acide asiatique
- L'acide madecassique

Ils possèdent tous les quatre la même structure, seuls quelques radicaux diffèrent.

Activités dans plusieurs domaines

• EN DERMATOLOGIE

Centella asiatica stimule la synthèse du collagène (protéine structurale ayant une résistance à l'étirement), elle permet d'avoir

Par Édén Amari & Gabriel Thomas

Pharmaciens

un effet sur la résistance d'une cicatrice en cas de lésion. Elle agit favorablement sur la vascularisation et améliore la cicatrisation par action sur la régénération du tissu conjonctif, avec une action antiseptique et anti-inflammatoire. Par extension elle a une fonction sur le tonus vasculaire et améliore la perméabilité capillaire. Elle prévient et réduit les vergetures.

• PAR VOIE ORALE

Par voie orale, elle possède un effet anti-oxydant en favorisant les enzymes antioxydantes et en freinant le processus de stress oxydatif en piégeant les radicaux libres.

Elle possède également un effet neuroprotecteur et elle agit en relaxant le système nerveux central. Elle favoriserait le sommeil et l'appétit.

Usages thérapeutiques

• L'insuffisance veineuse chronique et les varices

Diminution de la sensation de lourdeur, de la douleur vasculaire, du volume de l'enflure variqueuse.

• Cicatrisation des lésions cutanées

Amélioration de la vascularisation locale propice à la régénération tissulaire et actions anti-oxydante.

• Protecteur cérébral

Améliore le sommeil, le fonctionnement cognitif, réduit l'anxiété.

