

La propolis

Définition selon législation en vigueur :

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

Propolis « en avant de la ville », est la signification exacte de son nom, d'origine grecque. Un rempart infranchissable donc. On parle aussi d'armure de la ruche, de véritable antibiotique naturel. Lorsqu'un prédateur tel un mulot ou un lézard par exemple s'introduit dans la ruche pour se gaver de miel, il est logiquement tué par les gardiennes. Mais comme les insectes n'ont pas la force de l'emporter à l'extérieur, elles l'entourent d'une couche de propolis qui a pour effet d'empêcher la putréfaction et de momifier son cadavre. C'est certainement en observant ce phénomène que les égyptiens de l'antiquité avaient mis au point les techniques d'embaumement, confirmant ainsi les propriétés antifongiques de cette substance.

PROPRIÉTÉS PRINCIPALES

Immunostimulante : favorise la stimulation des défenses de l'organisme en augmentant la production d'anticorps et de lymphocytes pour se défendre contre les agressions extérieures de type bactéries, virus et champignons.

Antimicrobienne : Les bacilles gram positif et acido-résistants et les cocci gram positifs sont les plus sensibles à la Propolis. Elle est ainsi efficace contre les pharyngites, pneumonies, bronchites, rhumes mais aussi l'asthme.

C'est un antibiotique actif sur les staphylocoques multirésistants, les streptocoques, Helicobacter pylori (responsable de l'ulcère de l'estomac), Borrelia burgdorferi (bactérie de la maladie de Lyme), et Propionibacterium acnes (la bactérie responsable de l'acné). C'est un antifongique actif sur Candida albicans et Aspergillus trichophyton.

Antivirale : les flavonoïdes permettent aussi de lutter contre les virus car ils inhibent l'enzyme permettant aux virus de libérer le matériel viral pathogène dans l'organisme, empêchant leur propagation. Ils restent alors gentiment dans leur capsule et n'attaquent pas les cellules. L'acide caféique et ses dérivés se révèlent être des antiviraux puissants et aident contre l'herpès de type 1 ou



2 et le virus Varicelle-Zona. C'est un antiviral actif sur le virus de l'herpès (bouton de fièvre, varicelle, zona, mononucléose infectieuse, etc...), les virus des hépatites, de la grippe, des gastro-entérites, des infections respiratoires, et enfin les virus responsables des verrues.

Anti-inflammatoire, antitussif : la Propolis permet de réduire les inflammations causées par les infections de l'appareil respiratoire et de la sphère ORL grâce aux flavonoïdes, aux acides caféiques, à l'acide férulique et à l'acide salicylique. Elle permet aussi de calmer la toux. L'acide salicylique, aussi appelé "aspirine" permet de lutter contre la fièvre.

Détoxifiante, hépatoprotectrice : la Propolis protège le foie contre la chimiothérapie, l'alcool et les médicaments.

Anticancéreuse : selon des essais effectués in vitro et sur animal, la Propolis aurait des propriétés anticancérogènes permettant de ralentir la croissance des cellules cancéreuses. De plus, elle permettrait de mieux supporter les traitements de chimiothérapie et de radiothérapie.

Sources :

Cours ENA & MNC

Avril, G. (2014). La santé naturelle avec l'apithérapie : Miel, propolis, pollen, gelée royale... Éditions Terre vivante.