

## 4. Le vanillier : vertus et maladies

Depuis très longtemps, la vanille est utilisée en différents points du globe pour ses vertus médicinales. Les Aztèques, qui sont les premiers à consommer la vanille, l'utilisent comme diurétique et comme dépuratif. Elle est aussi réputée pour stimuler le système nerveux. Son utilisation peut ensuite varier d'un lieu à l'autre. La vanille est d'autre part fréquemment utilisée en cosmétique. On attribue donc énormément de propriétés à la vanille. Vérités et parfois légendes, en voici les principales ...

### 1. Propriétés médicinales de la vanille



La vanille était administrée sous forme de poudre, de sirop, de teinture, d'essence ou d'infusion. Connue comme stimulant du système nerveux, elle permet donc de lutter contre la fatigue intellectuelle aussi bien que physique. Paradoxalement, on la conseille aussi comme remède aux insomnies.

Elle est aussi recommandée en cas d'hystérie, de dépression ou pour favoriser les efforts musculaires. On lui conférait aussi des vertus contre la mélancolie et les rhumatismes.

Autrefois, les Aztèques l'utilisaient comme diurétique, ce qui augmentait la sécrétion urinaire et aussi comme dépuratif, ce qui permettait de purifier l'organisme. De plus, on raconte qu'aujourd'hui encore, sur des lisières et dans des clairières de Vera Cruz, quelques Indiens continuent de cultiver et de préparer d'après des recettes ancestrales les gousses de vanille à demi sauvage, qu'ils échangent contre de la monnaie en argent. Puis, ils enterrent la moitié de leur gain pour respecter un ancien usage aztèque qui veut que l'on rende à la terre une partie de ce qu'elle nous a donné.

En Côte d'Ivoire, les feuilles de *Vanilla crenulata* étaient chauffées plusieurs heures au-dessus d'un feu. Une goutte du jus qui en était extrait, versée dans l'oreille, guérissait les otites. La vanille était aussi recommandée pour soigner les rhumatismes, la fièvre, l'hystérie et la dépression.

En Malaisie, les fleurs de *Vanilla griffithii*, broyées et mélangées à de l'eau, étaient appliquées en friction sur le corps pour faire tomber la fièvre.

Les Précolombiens utilisaient aussi la vanille et lui attribuaient des vertus aphrodisiaques et curatives.

### 2. L'odeur de la vanille et survie des prématurés

Aujourd'hui, la vanille, grâce à son parfum apaisant et relaxant, serait antispasmodique, et serait donc une bonne manière de lutter contre le stress. De plus, la vanille a des propriétés apéritives et digestives : non seulement elle donne de l'appétit, mais elle facilite en plus la digestion.

La vanille est aussi énormément utilisée dans le domaine des cosmétiques : elle serait restructurante, régénérante, purifiante, hydratante, nourrissante et adoucissante. La vanille de Madagascar par exemple, est au cœur de la formule anti-âge de Chanel.

## *Prématurés et vanille*

Voici un article, trouvé sur Internet, annonçant une bonne nouvelle pour les nouveaux-nés prématurés. L'odeur de la vanille aurait un impact sur leur respiration et leur permettrait de ne pas sombrer dans une apnée dangereuse :



*« Bébés à la vanille: un nouvel espoir pour soigner les grands prématurés*

*Des effluves sucrés de vanille se répandent dans la couveuse: bébé suçote, fait mine de mâchonner, de se lécher les lèvres, et même de tendre la bouche pour "saisir" l'odeur. Il aime, manifestement, et son bien-être se mesure à la détente de son corps et à sa respiration aisée.*

*C'est l'une des découvertes d'une étude conduite par le CNRS et menée au sein du Centre hospitalier universitaire de Hautepierre, à Strasbourg, qui ouvre la voie à des applications thérapeutiques très nouvelles.*

*Car ce bébé aux anges, dans la couveuse odorisée, est un grand prématuré, âgé de 26 semaines, un âge où l'une des principales préoccupations des pédiatres est l'apnée dite centrale, une pause répétitive dans la respiration causée par l'immaturité des centres nerveux respiratoires, explique le professeur Jean Messer, néonatalogiste.*

*Les prématurés détectent les odeurs, ils peuvent les différencier et ils expriment leurs préférences et leurs dégoûts par des mimiques, a découvert Luc Marlier, chercheur au laboratoire de Physiologie appliquée du CNRS, et directeur de l'étude menée de fin 1999 à 2004 à Hautepierre avec un pédiatre, le docteur Christophe Gaugler, et le Pr Messer. Ces thèmes n'avaient fait jusqu'alors l'objet que d'études rares et disparates.*

*Un bébé soumis à une mauvaise odeur, comme le beurre rance, détourne la tête, grimace et s'agite. C'est tout le contraire pour un bébé baignant dans un parfum de vanille.*

*Mais ce que l'étude a mis en évidence de particulièrement novateur est l'impact physiologique des odeurs, bonnes ou mauvaises, sur la respiration des prématurés.*

*Quand se répand une mauvaise odeur, la respiration du bébé ralentit, alors qu'elle s'accélère dans une odeur de vanille, selon Luc Marlier.*

***L'odeur de vanille*** a permis de diminuer de 20 à 82% le nombre des apnées selon les bébés, ce qui représente une ***diminution moyenne de 36% de toutes les apnées des prématurés*** et de 46% des plus dangereuses (celles entraînant conjointement un ralentissement du rythme cardiaque).

*Ces expériences ont été pratiquées sur des prématurés qui recevaient des médicaments à base de caféine, le seul traitement connu et appliqué, mais pas toujours efficace, contre les apnées depuis 30 ans, souligne le Pr Messer.*

*Or ces médicaments ont des effets secondaires non négligeables: accélération du rythme cardiaque, troubles digestifs, diminution de la circulation sanguine cérébrale, perturbation du sommeil", énumère le pédiatre.*

*De nombreuses questions restent encore sans réponse et l'équipe tente notamment de déterminer si l'effet physiologique de la vanille pourrait être obtenu avec d'autres odeurs agréables et si un traitement par vanille permettrait de réduire, voire de remplacer les traitements médicamenteux existants, selon le chercheur.*

*La sensibilité olfactive découverte chez les prématurés aura aussi un impact immense sur leur environnement immédiat, avec en premier lieu la recherche de produits désinfectants moins agressifs et moins désagréables pour les tout-petits. »*

Source : AFP

### **3. Les maladies dues au vanillier**

Bien que la vanille ait de nombreuses fonctions guérisseuses, il existe tout de même des maladies dues à cette plante.

Nous avons entre autre le vanillisme qui est le nom donné aux effets indésirables de la vanille. Cette pathologie affecte surtout les cueilleurs de vanille : il s'agit en fait d'une maladie parasitaire provoquée par un acarien présent dans les moisissures des gousses de vanille.

Il ne faut pas confondre cette maladie avec le vanillisme nerveux qui lui, est dû aux émanations aromatiques toxiques de la vanille.