

Petit thé et thé des bois
Chiogenes hispidula & Gaultheria procumbens
Famille des Éricacées (airelle)



Savez-vous pourquoi tant de massothérapeutes utilisent de l'antiphlogestine ? Tout d'abord, voyons l'étymologie du mot ; anti veut dire " contre " et phlogos veut dire flamme. Donc, logiquement on en conclura que c'est une préparation qui combat les inflammations et celle-ci a depuis toujours été faite avec l'essence de thé des bois appelé plus communément " wintergreen ". C'est grâce au " salicylate de méthyle ", chimiquement très apparenté à l'aspirine et aux composés du saule que la plante possède cette vertu thérapeutique. Qui plus est, on la reconnaît aussi comme un bon antispasmodique.

Le rôle d'un antispasmodique est de calmer les spasmes musculaires. Rien de mieux après de bons exercices qu'une séance de massage au thé des bois ! Utilisée sous forme de liniment ou d'onguent, le " salicylate de méthyle " apaise les douleurs des muscles, des ligaments et des articulations. Toutefois, les personnes allergiques à l'aspirine devraient l'éviter de même que les enfants de moins de douze ans car leur système n'est pas encore bien adapté pour l'absorption de ce type de composés.

L'huile essentielle de thé des bois est obtenue par distillation des feuilles après 24 heures de macération (trempage dans l'eau). Ce processus permet aux enzymes de la plante de briser le lien entre le sucre et l'essence, permettant ainsi de séparer cette dernière. Rafraîchissante, d'une riche odeur, l'essence parfume confiseries et dentifrices. Savez-vous que l'essence de " wintergreen " est l'une des rares huiles essentielles qui soit d'une densité supérieure à celle de l'eau ? En effet, il m'a fallu quelques essais avant de bien définir les conditions d'extraction de l'essence, laquelle s'accumulait plutôt dans mon vase de récupération qu'à la surface de l'eau de mon décanteur.

Par ailleurs, connaissez-vous la différence entre molécules naturelles et molécules de synthèse ? L'ultime différence réside dans le fait que la configuration spatiale de la molécule n'est pas la même. En effet, le salicylate de méthyle naturel peut dévier la lumière polarisée, soit à droite ou soit à gauche. Toutefois, la molécule de synthèse n'a pas cette propriété. Il va de soi qu'elles ne sont pas reconnues de la même façon par nos récepteurs cellulaires. C'est l'exemple de la clé refaite, qui n'entre pas bien dans la serrure. C'est pourquoi il est préférable de s'approvisionner en huile essentielle provenant d'une source 100% pure et naturelle.

Il est une constatation des plus bizarres que les chercheurs ont fait il y a quelques années avec les plantes contenant des salicylates. En effet, personne n'était en mesure d'imaginer que la température peut vraisemblablement augmenter de 6°C près des végétaux contenant ce type de composés, si bien qu'il a même été observé que la neige fondait plus rapidement sous ces plantes.

Une découverte qui fit autant sensation que celle où des fleurs de la famille des Aracées augmentent leur température pour attirer certains insectes pollinisateurs. Les salicylates semblent avoir des affinités à faire varier la température dans les divers milieux où ils se trouvent. Il suffit d'avaler une aspirine pour le constater !

Le petit thé et le thé des bois affectionnent toutes deux les forêts de conifères. Le petit thé préfère les bois frais et humides tandis que le thé des bois pousse davantage dans les bois sablonneux. Lors de votre prochaine expédition, essayez d'identifier les deux espèces. On s'en r'jasera !

tiré du recueil de notes de Fabien Girard ; biologiste / chercheur