Aloe vera (L.) Burm.f., 1768
(Aloe vera)

Identifiants : 1815/alover

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 28/04/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Monocotylédones ;***
    - ***Ordre : Asparagales ;***
    - ***Famille : Xanthorrhoeaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Liliopsida ;***
    - ***Ordre : Liliales ;***
    - ***Famille : Xanthorrhoeaceae ;***
    - ***Genre : Aloe ;***
- ***Synonymes : Aloe barbadensis Mill. 1768, Aloe vulgaris Lam. 1783 ;***
- ***Synonymes français : aloe, aloès, aloès vulgaire ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : aloe vera, Barbados aloe, Curaçao aloe, true aloe, West Indian aloe , echte Aloe (de) ;***
- ***Rusticité (résistance face au froid/gel) : zone 9-11 ;***

- ***Note comestibilité : ****
- ***Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :***

Feuille (feuilles : cuites{{{5(11?)} [nourriture/aliment de famine{{{{(dp*)} (aide alimentaire d'urgence) très amer{{{5(13?)}] ; extrait feuilles{{{12 : sève(dp*) (gel mucilagineux{{{12|) [base(dp*) (ingrédient12) nourriture/aliment{{{{(dp*) : gelées ; boissons/breuvages (complément alimentaire pour régime naturel, parfois mélangé à d'autres jus de fruits et extrait d'herbes{{{12) ; base boissons/breuvages{{{{(dp*) (ingrédient) : jus{{{12 ; et assaisonnement : aromate (condiment aromatique/aromatisant){{{{(dp*) (saveur amère, pour boissons/breuvages et bonbons{{{12)]] et fruit (graines5(12,13?)) comestibles.(1*) Les feuilles sont utilisées comme nourriture d'urgence uniquement. Les graines sont utilisées comme nourriture d'urgence seulement. Un gel dans les feuilles a été utilisé dans les gelées. ATTENTION

Partie testée : bourgeon de feuille{{{0(+x) (traduction automatique)
Original : Leaf bud{{{0(+x)

Taux d'humidité	*Énergie (kj)*	*Énergie (kcal)*	*Protéines (g)*	*Pro-vitamines A (µg)*	*Vitamines C (mg)*	*Fer (mg)*	*Zinc (mg)*
	0	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*

(1*)Pris par la bouche, l'aloès peut causer des crampes douloureuses dans le tractus gastro-intestinal et des diarrhées (réduire la dose) ; des éruptions cutanées se présentent avec l'utilisation à long terme ; rares effets indésirables au niveau

du rythme cardiaque, des lésions rénales et de l'oedème ; l'utilisation à long terme peut entraîner une perte d'électrolytes (en particulier le potassium) et peut augmenter l'effet de médicaments qui agissent à cet effet sur le coeur (par exemple digoxine). La sève des espèces du genre Aloe contient des anthraquinones ; ces composés ont plusieurs actions médicinales bénéfiques, notamment en tant que laxatif, et de nombreuses espèces d'Aloe sont ainsi employées en médecine traditionnelle ; bien que sans danger à petites doses et pendant de courtes périodes, les anthraquinones présentent des problèmes potentiels si elles sont utilisées en excès ; ceux-ci incluent la congestion et l'irritation des organes pelviens ; l'utilisation à long terme de laxatifs anthraquinoniques peut également jouer un rôle dans le développement du cancer colorectal car ils ont un potentiel génotoxique et un potentiel tumorigène. Voir genre Aloe pour les précautions à prendre (possible toxicité de la sève à fortes doses).(1)Pris par la bouche, l'aloès peut causer des crampes douloureuses dans le tractus gastro-intestinal et des diarrhées (réduire la dose) ; des éruptions cutanées se présentent avec l'utilisation à long terme ; rares effets indésirables au niveau du rythme cardiaque, des lésions rénales et de l'oedème ; l'utilisation à long terme peut entraîner une perte d'électrolytes (en particulier le potassium) et peut augmenter l'effet de médicaments qui agissent à cet effet sur le coeur (par exemple digoxine)*{{{5(+)}. *La sève des espèces du genre Aloe contient des anthraquinones ; ces composés ont plusieurs actions médicinales bénéfiques, notamment en tant que laxatif, et de nombreuses espèces d'Aloe sont ainsi employées en médecine traditionnelle ; bien que sans danger à petites doses et pendant de courtes périodes, les anthraquinones présentent des problèmes potentiels si elles sont utilisées en excès ; ceux-ci incluent la congestion et l'irritation des organes pelviens ; l'utilisation à long terme de laxatifs anthraquinoniques peut également jouer un rôle dans le développement du cancer colorectal car ils ont un potentiel génotoxique et un potentiel tumorigène*{{{5(+)}. *Voir genre Aloe pour les précautions à prendre (possible toxicité de la sève à fortes doses)*{{{(rp*)}.

- *Note médicinale : ******

- *Usages médicinaux : L'Aloe vera est une préparation à base de plantes assez connue avec une longue histoire d'utilisation. Il est largement utilisé dans la pratique moderne des plantes médicinales et est souvent disponible dans les préparations à base de plantes brevetées [K]. Il a deux types distincts d'utilisation médicinale. Le gel transparent contenu dans la feuille constitue un excellent traitement pour les plaies, brûlures et autres troubles cutanés, plaçant une couche protectrice sur la zone touchée, accélérant le taux de guérison et réduisant le risque d'infection [254] [K]. Cette action est en partie due à la présence d'aloectine B, qui stimule le système immunitaire [254]. Pour obtenir ce gel, les feuilles peuvent être coupées en deux sur leur longueur et la pulpe interne frottée sur la zone de peau affectée [K]. Cela a un effet apaisant immédiat sur toutes sortes de brûlures et autres problèmes de peau [K]. La deuxième utilisation provient de la sève jaune à la base de la feuille. Les feuilles sont coupées transversalement à leur base et le liquide qui s'échappe de cette coupe est séché [4]. Il est appelé aloès amer et contient des anthraquinones qui sont un stimulant digestif utile et un laxatif puissant [254]. Lorsque les plantes sont cultivées en pots, la teneur en anthraquinone est considérablement réduite [254]. La plante est emménagogue, émolliente, laxative, purgative, stimulante, gastrique, tonique, vermifuge et vulnéraire [4, 21, 46, 57, 61, 165, 176]. Les extraits de la plante ont une activité antibactérienne [218]. Outre son utilisation externe sur la peau, l'aloe vera (généralement les aloès amers) est également pris en interne dans le traitement de la constipation chronique, du manque d'appétit, des problèmes digestifs, etc. [238]. Il ne doit pas être administré aux femmes enceintes ou aux personnes atteintes d'hémorroïdes ou du syndrome du côlon irritable [238, 243]. La plante est fortement purgative, il faut donc faire très attention au dosage [238]. La plante est utilisée pour tester s'il y a du sang dans les selles [61]. Cette plante a une histoire populaire de traitement en cas de cancer [218]. Les monographies allemandes de la Commission E, un guide thérapeutique de la phytothérapie approuvent l'Aloe vera pour la constipation (voir [302] pour les critiques de la commission E). En médecine chinoise, il est utilisé pour les maladies fongiques. En médecine indienne, il est utilisé pour les tumeurs de l'estomac, la constipation, les coliques, les maladies de la peau, l'aménorrhée, les infestations de vers et les infections [301]. Constituants chimiques: ** Acides aminés: ** Isoleucine, leucine, lysine, méthionine, phénylalanine, thréonine, valine ** Anthraquinones: ** Aloe-émodine, acide aloétique, aloïne, anthracène, anthranol, barbaloïne, acide chryscophanoïque, émodine, ester d'acide cinnamique, d'huile éthérée, d'isobarbaloïne, ;*
  *Aloe vera is a fairly well known herbal preparation with a long history of use. It is widely used in modern herbal practice and is often available in proprietary herbal preparations[K]. It has two distinct types of medicinal use. The clear gel contained within the leaf makes an excellent treatment for wounds, burns and other skin disorders, placing a protective coat over the affected area, speeding up the rate of healing and reducing the risk of infection[254] [K]. This action is in part due to the presence of aloectin B, which stimulates the immune system[254]. To obtain this gel, the leaves can be cut in half along their length and the inner pulp rubbed over the affected area of skin[K]. This has an immediate soothing effect on all sorts of burns and other skin problems[K]. The second use comes from the yellow sap at the base of the leaf. The leaves are cut transversally at their base and the liquid that exudes from this cut is dried[4]. It is called bitter aloes and contains anthraquinones which are a useful digestive stimulant and a strong laxative[254]. When plants are grown in pots the anthraquinone content is greatly reduced[254]. The plant is emmenagogue, emollient, laxative, purgative, stimulant, stomachic, tonic, vermifuge and vulnerary[4, 21, 46, 57, 61, 165, 176]. Extracts of the plant have antibacterial activity[218]. Apart from its external use on the skin, aloe vera (usually the bitter aloes) is also taken internally in the treatment of chronic constipation, poor appetite, digestive problems etc[238]. It should not be given to pregnant women or people with haemorrhoids or irritable bowel syndrome[238, 243]. The plant is strongly purgative so great care should be taken over the dosage[238]. The plant is used to test if there is blood in the faeces[61]. This plant has a folk history of treatment in cases of cancer[218]. The German Commission E Monographs, a therapeutic guide to herbal medicine approve Aloe vera for constipation (see [302] for critics of commission E). In Chinese medicine it is used for fungal diseases. In Indian medicine it is used for stomach tumours, constipation, colic, skin diseases, amenorrhoea, worm infestation and infections [301]. Chemical Constituents: **Amino acids:** Isoleucine, leucine, lysine, methionine, phenylalanine, threonine, valine **Anthraquinones:** Aloe-emodin, aloetic acid, aloin, anthracene, anthranol, barbaloin, chryscophanoic acid, emodin, ester of cinnamic acid, ethereal oil, isobarbaloin, resistannol **Enzymes:** Alkaline phosphatase, amylase, catalase, lipase, oxidase **Minerals:** Calcium, chromium, copper, magnesium, manganese, sodium, zinc **Prostanoids:** gamma-linolenic acid **Saccharides:** Aldopentose, cellulose, glucose, L-rhamnose, mannose **Vitamins:** Alpha-tocopherol, beta-carotene, choline, folic acid, vitamins B1, B2, B6, C, and E **Other:** Beta-sitosterol, cholesterol, gibberellin, lignins, salicylic acid, steroids, uric acid, triglycerides*
- *Usages médicinaux : Les extraits de feuilles sont utilisés dans les produits cosmétiques de soin de la peau [238, 254]. Les*

plantes ont été cultivées à l'intérieur dans des pots afin d'aider à éliminer les toxines de l'atmosphère. Il est également inhabituel en ce qu'il continue à libérer de l'oxygène et à absorber du dioxyde de carbone dans l'obscurité, ce qui le rend très approprié pour la culture dans les chambres à coucher [259]. ;
The leaf extracts are used in skin-care cosmetic products[238, 254]. Plants have been grown indoors in pots in order to help remove toxins from the atmosphere. It is also unusual in that it continues to release oxygen and absorb carbon dioxide in the dark, making it very suitable for growing in bedrooms[259].

- ***Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):***

Par Weinmann, J.W., Phytanthoza iconographia (1737-1745) Phytanthoza iconogr. vol. 1 (1737), via plantillustrations

- ***Autres infos :***

  dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

  - ***Distribution :***

    Une plante tropicale et subtropicale. Il pousse naturellement sur les sables balnéaires et parmi les rochers de la Méditerranée. Au Népal, il atteint environ 1400 m d'altitude. Il a besoin d'une température supérieure à 10 ° C. Il convient aux zones de rusticité 9-12. Au Yunnan{{{0(+x) (traduction automatique)}.

    Original : A tropical and subtropical plant. It grows naturally on seaside sands and amongst rocks in the Mediterranean. In Nepal it grows to about 1400 m altitude. It needs a temperature above 10Â°C. It suits hardiness zones 9-12. In Yunnan{{{0(+x)}.

  - ***Localisation :***

    Afrique, Antigua-et-Barbuda, Asie, Australie, Amérique centrale, Chine, République dominicaine, Égypte, Europe, Fidji, France, Allemagne, Grenade, Guatemala, Haïti, Hawaï, Himalaya, Inde, Indochine, Indonésie, Lituanie, Malaisie, Îles Marshall , Méditerranée, Mexique, Micronésie, Myanmar, Népal, Afrique du Nord *, Amérique du Nord, Pacifique, Panama, Rotuma, Samoa, Arabie saoudite, Asie du Sud-Est, Slovénie, Afrique du Sud, Afrique australe, Amérique du Sud, Saint-Vincent-et-Grenadines, Tasmanie , Trinidad, Turquie, Tuvalu, USA, Venezuela, Antilles, Yémen{{{0(+x) (traduction automatique)}.

    Original : Africa, Antigua and Barbuda, Asia, Australia, Central America, China, Dominican Republic, Egypt, Europe, Fiji, France, Germany, Grenada, Guatemala, Haiti, Hawaii, Himalayas, India, Indochina, Indonesia, Lithuania, Malaysia, Marshall Islands, Mediterranean, Mexico, Micronesia, Myanmar, Nepal, North Africa*, North America, Pacific, Panama, Rotuma, Samoa, Saudi Arabia, SE Asia, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, St. Vincent and Grenadines, Tasmania, Trinidad, Turkey, Tuvalu, USA, Venezuela, West Indies, Yemen{{{0(+x)}.

  - ***Notes :***

    Il existe environ 350 à 400 espèces d'Aloe. Il est utilisé comme médicament. Aussi mis dans la famille des Aloaceae{{{0(+x) (traduction automatique)}.

    Original : There are about 350-400 Aloe species. It is used as a medicine. Also put in the family Aloaceae{{{0(+x)}.

- ***Liens, sources et/ou références :***

  - ***Aloe Vera Bio :*** https://www.aloe-vera-bio.org/ ***;***
  - ***aloemagazine :*** https://www.aloemagazine.com/ ***;***
  - [5]***"Plants For a Future" (en anglais) :*** 5https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Aloe+vera ***;***

dont classification :

- ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-298116 ***;***
- ***"GRIN" (en anglais) :*** https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=311403 ***;***

dont livres et bases de données : [12]"Cornucopia II : A Source Book of Edible Plants" (livre en anglais, page 142, par Stephen Facciola) ;

dont biographie/références de [0]"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 469 ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 70 ; Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 141 ; Brown, D., 2002, The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses. DK Books. p 115 ; Burkill, I.H., 1966, A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 1 (A-H) p 109 ; Burnie, G & Fenton-Smith, J., 1999, A Grower's Guide to Herbs. Murdoch Books. p 8 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants. Convent Garden Books. p 101 ; Chen Xinqi, Liang Songyun, Xu Jiemei, Tamura M.N., Liliaceae. Flora of China. p 90 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 137 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 142 ; Fl. indica 83. 1768 1 Mar-6 Apr ; Hani Medicine of Xishuangbanna, 1999, p 475 ; Hepper, E.N., 1993, Illustrated Encyclopedia of Bible Plants, IVP, England. p 59, 152, 153 ; Ill. bot. Himal. Mts. 390. 1840, nom. nud. (As Aloe indica) ; INFOODSUpdatedFGU-list.xls ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, Handbook of Economic Plants of Australia, CSIRO. p 15 ; Llamas, K.A., 2003, Tropical Flowering Plants. Timber Press. p 127 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/ ; Plants of Haiti Smithsonian Institute http://botany.si.edu/antilles/West Indies ; Sasi, R. et al, 2011, Wild edible plant Diversity of Kotagiri Hills - a Part of Nilgiri Biosphere Reserve, Southern India. Journal of Research in Biology. Vol. 1 No. 2, pp 80-87 ; Sotelo, A., et al, 2007, Content of Nutrient and Antinutrient in Edible Flowers of Wild Plants in Mexico. Plant Foods for Human Nutrition 62: 133-138 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, A tropical Garden Flora. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 592 ; Sukarya, D. G., (Ed.) 2013, 3,500 Plant Species of the Botanic Gardens of Indonesia. LIPI p 1005 ; Thaman, R. R, 2016, The flora of Tuvalu. Atoll Research Bulletin No. 611. Smithsonian Institute p 34 ; WATT (Also as Aloe indica)