



Menthe verte
Mentha spicata

MONOGRAPHIE DE LA MENTHE VERTE

I. Classification et étymologie :

A. Etymologie :

La menthe verte (en épi, a grappe, crispée, crépue, ou parfois romaine) a pour nom latin *Mentha spicata* Huds ou *viridis* L.

L'origine du mot menthe se retrouve dans la mythologie grecque, il existe deux versions de cette histoire :

- Hadès (dieu des ténèbres) fait la cour à la nymphe Menthè, sa femme jalouse la transforme en plante. ne pouvant la ramener à son état normal, Hadès lui donna son odeur actuelle.

- Ou bien : Menthè et Pluton s'aiment ; Pluton pour la protéger de sa femme jalouse la transforme en plante.

Son nom vient du grec « minthe » ou du latin « mentha » et *spicata* signifie en épis.

B. Classification classique :

Règne : Plantae.

Embranchement : Spermatophyte

Sous-embranchement : angiosperme

Classe : Magnoliopsida.

Sous-Classe : gamopétale.

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiaceae

Genre : *Mentha*

Espèce : *M. viridis* L.

Le nom de la menthe verte dans la classification classique est *Mentha viridis* L.

C. Classification phylogénétique (APG II) :

Règne : Plantae

Embranchement : Spermatophyta

Sous-embranchement : Anthophytina

Super-classe : Triaperturées

Classe : Triaperturées évoluées

Sous-classe : Astéridae

Super-ordre : Euastéridées I

Ordre : Lamiales

Famille : Lamiaceae

Genre : *Mentha*

Espèce : *M. spicata*

Le nom de la menthe verte dans la classification phylogénétique est *Mentha spicata*

II. Description :

Plante vivace, robuste, de 50 cm à 1 mètre, d'un vert sombre, à odeur suave très pénétrante.

A. Feuilles :

Les feuilles sont opposées persistantes, subsessiles, lancéolées-aiguës, dentées en scie, vertes sur les 2 faces, glabres ou presque glabres. L'implantation des feuilles est paripennée et décussées (avec un angle de 90°).



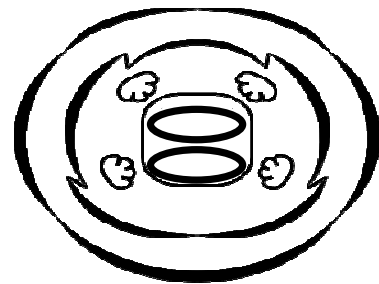
B. Fleur :

Les fleurs poussent en grappe à l'aisselle de la feuille. Elles sont zygomorphes et hermaphrodites.

Les fleurs sont rosées ou lilas, en épis terminaux peu denses, longs, grêles, linéaires-aigus ; bractées et dents du calice linéaires, glabres ou ciliées ; pédicelles et tube du calice glabres ; corolle glabre en dedans ; carpelles ovoïdes. La fleur présente une bractée qui dépasse les pièces florales, la fleur est pentamère oligostémone et ses pétales sont soudés (gamopétales).

Formule florale : $(5S)+((5P)+4E)+(2C)$

L'ovaire est super



C. Inflorescence :

L'inflorescence est indéfinie en épi cylindrique dense.



D. Tige :

La tige de la menthe verte est dite quadrangulaire (carrée) ascendante (orthotrope). Elle est de couleur pourpre. La taille de la menthe verte peut atteindre au maximum une hauteur de 1,20 mètre mais en moyenne varie entre 0,30 et 0,60 m

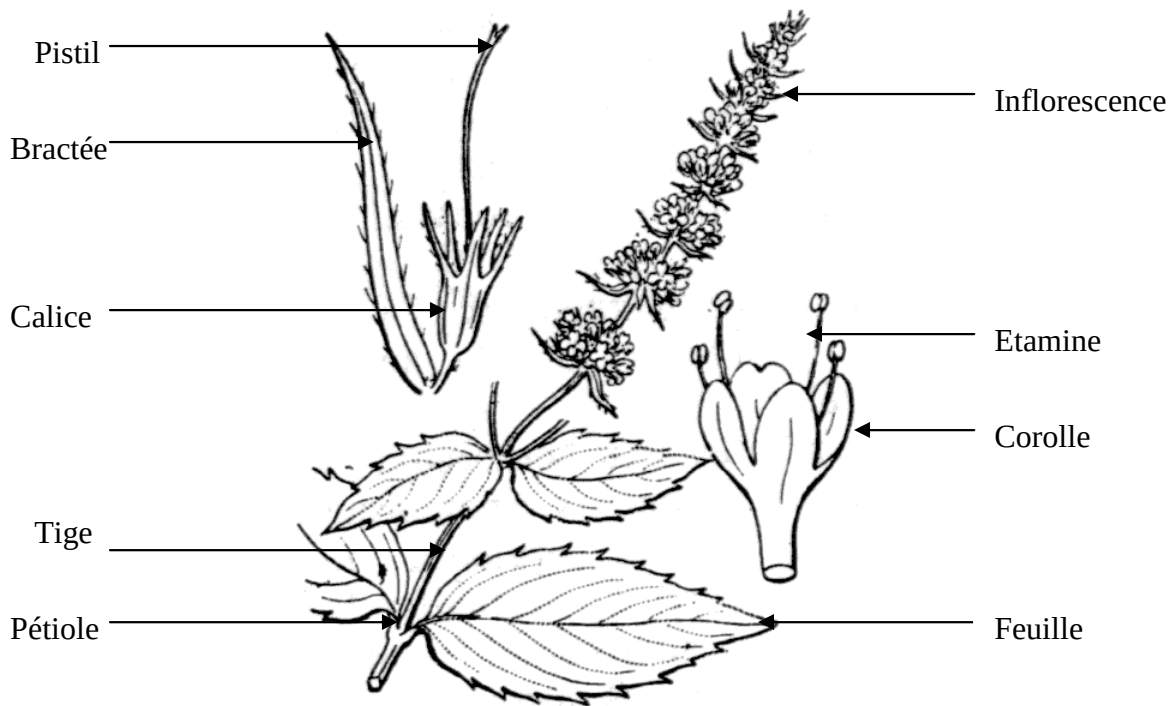
Les tiges glabres ou glabrescentes, rameuses.

La menthe verte est une plante à rhizomes traçants.



E. Racines :

La racine est une racine pivotante qui dure plus de 3 ans. On les trouve en dessous de chaque pied, des rhizomes (tiges souterraines) servent à la propagation de la plante.



F. Origines :

Les origines de la *Mentha spicata* sont incertaines. Selon certains botanistes, elle serait le résultat d'une hybridation très ancienne entre *Mentha rotundifolia* et *Mentha longifolia*. Il semblerait que la menthe verte soit originaire de l'Amérique du nord.

G. Habitat :

La menthe verte pousse essentiellement sur les terrains riches profonds et frais, elle n'aime pas les sols calcaires. On la trouve surtout en basse altitude dans les régions tempérées entre 400 et 1800 mètres. Elle préfère les lieux ensoleillés à semi ombragés.

H. Phénologie :

La menthe verte fleurit de la fin du printemps au début de l'automne (de juin à septembre/octobre), parfumée et mellifère. Ses feuilles sont persistantes.

I. Pollinisation :

La pollinisation est peu réalisée par le vent (anémophile) et plutôt par les insectes (entomophile)

J. Mode de dissémination :

La menthe verte a plusieurs façons de se disséminer. Une manière asexuée grâce à des rhizomes traçants, qui poussent sous terre et font apparaître des tiges orthotropes à intervalle régulier. Ou une manière sexuée grâce à la dissémination de graines. La levée des graines se fait en 30 jours. Le poids moyen de 1 500 graines est de 0,3 gramme ce qui en fait des graines très légères qui peuvent être facilement transportées par le vent sur une courte distance, mais elles sont avant tout d'abord barocores c'est-à-dire qu'elles tombent par action de la gravité.

III. Usage en pharmacopée :

La menthe verte est utilisée dans de nombreux traitements et cela depuis la nuit des temps. Ses vertus sont multiples et ses modes d'utilisation en font une des plantes médicinales les plus connues. Elle est réputée pour soigner de nombreux troubles dont en voici quelque uns des plus courants : affections dermatologiques, troubles digestifs variés, spasmes du colon, colites, troubles fonctionnels digestifs d'origine hépatique, rhume, nez bouché, affections de la bouche et de l'oropharynx et bien plus encore.

Toutefois, il faut faire attention car son usage est interdit lors de la prise de médicaments homéopathiques. Prise en trop grande quantité elle peut être excitante et provoquer des convulsions.

La menthe verte est aussi utilisée en agroalimentaire dans différents produits du quotidien, comme par exemple les chocolats à la menthe (After Eight), les dentifrices et lotions pour bain de bouche, ou encore dans certaines liqueurs. On l'utilise principalement car elle contient du menthol qui donne une sensation de fraîcheur.

A. Médicinale :

Voici la liste des différents effets thérapeutiques qu'on lui accorde :

- hépatostimulant
- vasoconstricteur
- tonique
- antispasmodique
- analgésique
- anti-inflammatoire
- calmant
- cholagogue
- cholérétique
- cicatrisant
- bactéricide
- fébrifuge

B. Drogue :

- feuille sèche

C. Formes galéniques :

Voici les différents moyens d'administrations :

- infusion
- alcoolat
- huile essentielle (onction)
- compresse
- baume
- inhalation

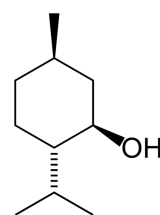
D. Composition :

- 1 à 2.5% d'huile essentielle (matière sèche)
- 22 à 42% menthol (camphre de menthe)
- 50% de carvone
- 4-30% menthone
- Jusqu'à 10% menthyles esters (acétate, isovalerate)
- autres terpénoides (pulegone, piperitone, menthofurane, pinène, l-limonène, cadinène, phellandrène
- acétaldéhyde, isovalérique aldehyde, amyl alcool, diméthyl sulfide
- la présence de 0.1% de jasmone, améliore nettement la qualité de l'Huile Essentielle

E. Détails et effets des constituant majeurs :

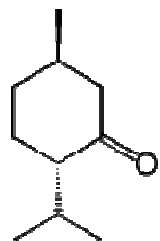
- le menthol :

- Famille : Alcool
- Formule : $C_{10}H_{20}O$ (brute)
- Action sur l'organisme : Le menthol peut être utilisé en aromathérapie sous forme d'huile essentielle de menthe verte (médecine naturelle) , l'indigestion, la nausée, les maux de gorge, la diarrhée, les maux de tête et les refroidissements.



- la menthone :

- Famille : Cétone.
- Formule : $C_{10}H_{18}O$ (Brute)
- Action sur l'organisme : La menthone est le composé chimique qui donne son odeur à la menthe. Elle est surtout utilisée en aromathérapie.



- la carvone :

- Famille : Terpène
- Formule : $C_{10}H_{14}O$ (Brute)
- Action sur l'organisme : La carvone a été employée depuis des milliers d'années dans l'alimentation, en raison de son arôme de cumin, d'aneth et de menthe verte, en particulier dans le chewing-gum. Elle est essentiellement utilisée pour soulager le système respiratoire.

