

Loïc Fruleux
L3 environnementaliste

Salvia officinalis

Monographie

Monographie de *Salvia officinalis* (Sauge officinale)

I. Classification

Classification classique	
Règne	<i>Plantae</i>
Sous-règne	<i>Tracheobionta</i>
Division	<i>Magnoliophyta</i>
Classe	<i>Magnoliopsida</i>
Sous-classe	<i>Asteridae</i>
Ordre	<i>Lamiales</i>
Famille	<i>Lamiaceae</i>
Genre	<i>Salvia</i>

Classification phylogénétique	
Ordre	<i>Lamiales</i>
Famille	<i>Lamiaceae</i>

Etymologie : Son nom est déjà une sorte de diplôme d'efficacité puisque *Salvia* vient du latin *salvare* qui signifie «sauver», «guérir» ; C'est une des plantes sacrées des anciens.

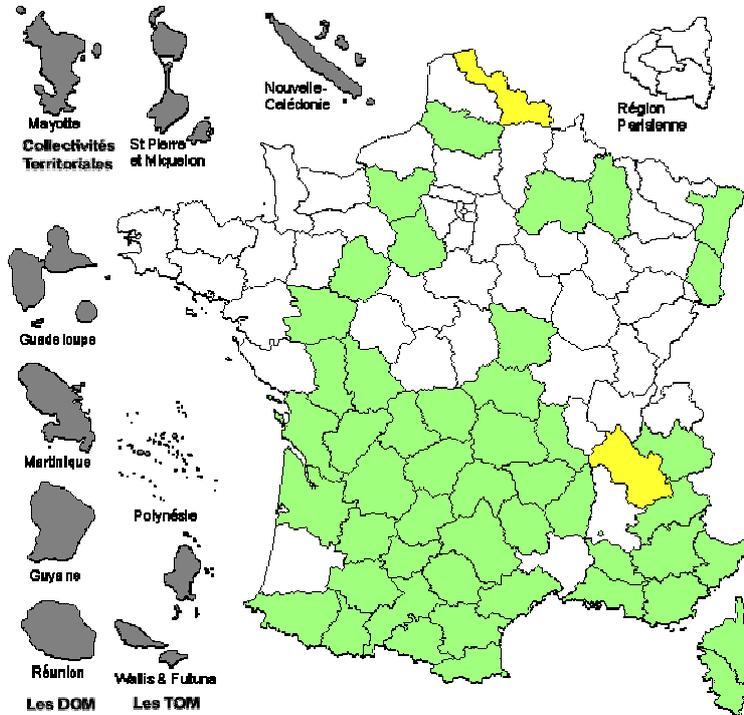
Généralités sur la famille : Types biologiques : ligneuses (arbustes) ou herbacées vivaces par un rhizome. Feuilles : opposées décussées, simples. Souvent dentées, velues et glanduleuses. Tiges : souvent velues et quadrangulaires. Inflorescences : glomérules (cymes bipares condensées) disposées en épi. □ Fleurs : hermaphrodites zygomorphes. □□ Formule florale : (5) S + (5) P + (4) E + (2) C. Ovaire supère à 4 loges par recloisonnement des 2 loges des carpelles, 1 style à 2 stigmates. Fruits : tétrakène.

II. Description

→ Habitat et répartition

Habitat type : pelouses basophiles mésoméditerranéennes, mésoxérophiles

Aire de répartition : introduit (Asie occidentale)



Lieux secs et arides, ca et là dans presque tout le Midi. Région méditerranéenne de l'Europe.

Légende

En gris : Zone géographique non renseignée

En vert : Présent

En jaune : Présence à confirmer

En blanc : Présence non signalée

Commune en Europe, plus spécialement dans les régions méridionales, elle est cependant rare à l'état sauvage.

→ Type biologique

C'est une plante très ramifiée, aux tiges de section carrée, à la base lignifiée. Elle atteint une hauteur de l'ordre de 1m.

→ Phyllotaxie

Les feuilles, opposées, elliptiques, inférieures pétiolées, rugueuses, à bord dentelé, réticulées, molles, à dessus blanchâtre, persistent l'hiver grâce au revêtement de poils laineux qui les protège. Les feuilles pétiolées sont vert-pâle, veloutées, oblongues. La tige mesure de 20 à 30 centimètres et est très rameuse.

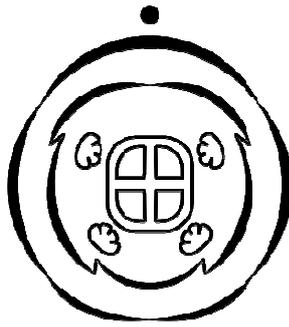


→ Système racinaire

La racine de la sauge est brunâtre et fibreuse.

→ **Organes reproducteurs**

Diagramme floral :



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

Les fleurs, bleu-rose lilas, visibles de mai à août, se situent sur des hampes florales érigées, et sont regroupées en petits glomérules formant de grands épis. Fleurs pentamères à 4étamines et 2 carpelles soudés. Ovaire supère à 4 loges par recloisonnement des 2 loges des carpelles, 1 style à 2 stigmates.

Type d'inflorescence : glomérules spiciformes

Répartition des sexes : hermaphrodite

Type de pollinisation : entomogame

Période de floraison : mai à juillet



→ **Graine**

Type de fruit : Tétrakène

Mode de dissémination : Barochore



→ **Culture**

Cette plante aromatique, médicinale, condimentaire et décorative se cultive en sol léger et perméable, voire rocailleux, toujours à exposition ensoleillée. Malgré ses poils laineux, elle craint les très fortes gelées. La multiplication se fait par bouturage ou division des touffes, plus rarement par semis.

La récolte des feuilles se fait du printemps à l'automne, aussi fréquemment qu'on le désire, toujours par temps sec pour effectuer un séchage à l'ombre rapide.

C'est, comme toutes les sauges, une plante mellifère

→ **Usage culinaire**

Les feuilles de la Sauge officinale sont un condiment courant, apprécié depuis l'antiquité. Elles peuvent être consommées fraîches, mais leur parfum s'affine au séchage.

Les feuilles sont employées comme aromates en cuisine, tout particulièrement dans les marinades et dans l'assaisonnement du gibier.

Les fleurs sont utilisées dans l'industrie alimentaire pour la confection de confitures.

→ **Autres espèces du genre *Salvia*** : 35 dont 11 en France, 4 en Suisse et en Belgique.

→ **Confusion possible** : avec certaines sauges herbacées. Cependant, une confusion serait sans danger car aucune Sauge n'est toxique.



Planche botanique de la Sauge Officinale (*Salvia officinalis*)

III. Usages en pharmacopée

→ HISTOIRE :

«qui a de la sauge dans son jardin, n'a pas besoin de médecin» voici un dicton qui en dit long sur la Sauge officinale...

Ses effets dus à son huile essentielle et la présence d'un oestrogène avait déjà été observés aussi bien par les Romains que les Égyptiens. Pendant tout le Moyen Âge, elle reste une plante primordiale et entre dans de très nombreuses préparations : Eau d'arquebuse, Eau céleste, Eau impériale, etc. **Elle reste utilisée dans la pharmacopée moderne.**

La Sauge officinale est riche en huiles essentielles que l'on extrait par distillation. Les feuilles renferment également de nombreux Composants chimiques tels que :

- Pinène, (propriétés antiseptiques)
- salviène, (essence particulière au genre *Salvia*)
- thuyone, (convulsivant puissant, possède également des propriétés emménagogues)
- cinéol, (terpène à fonction digestive)
- bornéol, (alcool hydroterpénique bicyclique)
- camphrène, (hydrocarbure terpénique)
- saponine, (propriétés tensioactives)
- tanins, (propriétés antioxydantes, utilisé en médecine externe comme astringent antidiarrhéique)
- résine,
- mucilage, (propriétés laxatives)
- vitamines,
- oestrogène, (hormone)
- asparagine (acide α -aminé polaire non chargé et hydrophile)

EFFETS / INDICATIONS : □

→ Usage interne (à ingérer en gouttes, tisanes ou comprimés) □

- Antidiaphorétique (=contre la transpiration)
- En condiment grâce à son fort effet antioxydant (en cuisine). □

Les sommités fleuries et les feuilles permettent la guérison de troubles digestifs variés. Elles sont aussi utilisées pour élaborer des préparations d'hygiène buccale.

→ Usage externe (en solution)

- Antiseptique (antiviral, antibactérien) ,
- anti-phlogistique (contre l'inflammation)

Seules les feuilles sont utilisées pour un usage externe.

Salvia officinalis a aussi des propriétés :

- antispasmodique (huile)
- d'inhibition de l'acétylcholinestérase
- bactéricide
- antifongique
- antiviral
- antiseptique
- d'inhibition de la formation de la plaque dentaire
- emménagogue
- oestrogénique
- antigalactogène

*NOMS DE MEDICAMENTS

En Suisse : sous forme de gouttes dans *Salvia Wild*®, en infusion dans *Sidroga*® Sauge Trilobée, en spray dans *Valverde*® *Salvia Spray* pharyngé,... □

En France, Belgique, Canada et Maroc : différentes préparations sont élaborées à partir de Sauge officinale.

□ REMARQUES □ :

> Dans son indication pour soigner la transpiration excessive la sauge peut s'avérer très efficace, elle a l'avantage, comparé à d'autres médicaments de synthèse (sels d'aluminium, anticholinérgiques,...), de n'avoir que très peu d'effets secondaires importants. □ □

> Pour lutter contre les refroidissements et les maux de gorge la sauge peut être un bon complément naturel pour accélérer la guérison notamment sous forme d'huile essentielle.

PRECAUTIONS

- huile anticonvulsivante et toxique
- tachycardie, bouffée de chaleur, convulsions, vertiges si abus

LEGISLATION

- plante de la pharmacopée française
- autorisée à la vente
- huiles essentielles limitées aux officines