



### **Définition :**

☞ La propolis désigne toute une série de *substances, résineuses, gommeuses, et balsamiques, de consistance visqueuse*, recueillies sur certaines *parties de végétaux ( bourgeons et écorces essentiellement )* par les abeilles . Elles les rapportent à la ruche, et les additionnent de certaines sécrétions ( *cire, sécrétions salivaires* ) .

☞ Les principales essences d'arbres connues, pour être productrices de propolis sont :

- **\*\* les Conifères** ( *pins, sapins, épicéas, ...* )
- **\*\* des feuillus** ( *peupliers, aulne, saule, marronnier, bouleau, prunier, frêne, chêne, etc...* ).

### **A l'intérieur de la ruche, les abeilles utilisent la propolis pour:**

- \* **colmater et obstruer les fentes et fissures de la ruche,**
- \* **réduire l'ouverture du trou de vol si nécessaire**
- \* **réparer les rayons en mauvais état et consolider leurs construction**
- \* **vernir et polir les aspérités intérieures de la ruche**
- \* **recouvrir d'une fine pellicule les nouveaux rayons, ainsi que les surfaces de pont**
- **Cela constitue une désinfection efficace ( sorte de stérilisation )**
- \* **enduire et recouvrir totalement les prédateurs ( qui ne peuvent- être évacués ).**  
**C'est une sorte d'embaumement qui s'oppose à tout processus de décomposition putride.**

La propolis est essentiellement une substance, aux propriétés :

\*\*\* **ANTIBIOTIQUES** ( *importantes et étendues à de nombreuses souches microbiennes* ) .

\*\*\* **ANESTHESIQUES** ( *très puissantes et sans effet secondaire* ) .

\*\*\* **CICATRISANTES** ( *stimulation de la régénération tissulaire* ) .

## Composition :

\*\*\* Globalement et généralement, la propolis recueillie dans la ruche contient :

- ☞ **résines et baumes** ( 50 à 55% environ )
- ☞ **cire d'abeilles** ( 25 à 35% environ )
- ☞ **huiles volatiles ou essentielles** ( 10% environ )
- ☞ **pollen** ( 5% environ )
- ☞ **molécules organiques \*\*\* et minérales** ( 5% environ, parfois plus dans certaines espèces végétales, ou certaines contrées dans le monde ).

\*\*\* **La propolis ne contient, ni lipide, ni protide, ni substance hormonale, ni vitamine** ( en dehors de la vitamine B3 ou PP ) .

\*\*\* **Par contre elle est riche d'oligo-éléments et de matières minérales** ( aluminium, baryum, calcium, chrome, cobalt, cuivre, étain, manganèse, fer, nickel, plomb, zinc, titane, etc..• ).

\*\*\* **Dans les molécules organiques, on trouve des Polyphénols ou composés phénoliques et des Flavonoïdes.**

( On en trouve aussi dans les raisins, certains vins, les carottes, les fraises, les noix, autres fruits et légumes, ..... ).

Leur rôle d'antioxydants naturels, suscite de plus en plus d'intérêts, bénéfiques pour la santé.  
=> Ils interviennent notamment pour la prévention et le traitement de certains cancers ( système digestif, estomac, colon, ..... ), des maladies : - inflammatoires, cardiovasculaires, neurodégénératives.

⇒ Ils sont utilisés comme additifs dans les industries agroalimentaires, pharmaceutiques, cosmétiques.

\*\*\* **Dans les soins contre les cancers, la propolis, atténue très largement ou supprime les effets secondaires des traitements médicaux** ( radiothérapies, chimiothérapies, ... ) ex. : Chute des cheveux, .....

## Récolte - conservation :

☞ Ce sont les *ouvrières butineuses*, qui récoltent la propolis et la ramènent à la ruche, amassée en pelotes, dans les corbeilles des pattes postérieures.

**L'apiculteur ( trice ), peut recueillir la propolis soit :**

- **\* par grattage et raclage des cadres et parois de la ruche**
- **\* par l'utilisation d'une grille spéciale, ( grille à propolis ) placée au-dessus des cadres.**

☞ **A basse température ( congélateur ) la propolis devient dure et friable, et se détache mieux .**

☞ **La quantité récoltée annuellement, varie de 100 à 300 gr., par ruche.**

☞ **La conservation de la propolis, se réalise très facilement, et sans aucun impératif spécial.**

### **Consommation - mode d'emploi - présentation :**

On trouve la propolis soit :

☞ \*\* **seule substance active** ( sous forme solide : pâte à mâcher, fragments, granulés et poudres )

☞ \*\* **sous forme liquide** : ( extraits dilués dans l'alcool )

☞ \*\* **associée à d'autres produits médicamenteux ou diététiques** ( pommades, onguents, mélangée avec du miel, de la gelée royale, du pollen, ..... ).

### **Bibliographie :**

☞ « la propolis » par le Dr Yves DONADIEU ( éditions MALOINE - PARIS ) .

☞ « traité de biologie de l'abeille » par CHAUVIN et LAVIE ( éditions MASSON ) .

☞ Travaux sur les produits de la ruche, Traités de pharmacologie, Communications scientifiques, ..... ( Association Française d'Apithérapie, Association Européenne et Commission Scientifique Apithérapie d'Apimondia, etc..... ) .