



### Définition :

- ☞ C'est un produit précieux de la ruche.
- ☞ Elle provient de la sécrétion des glandes h y p o pharyngiennes ( encore appelées glandes salivaires frontales ) des abeilles ouvrières, entre le cinquième et le quatorzième jour de leur existence ( **ouvrières qui portent alors le nom de nourrices** ).
- ☞ C'est une substance blanchâtre, aux reflets nacrés, à consistance gélatineuse, de saveur chaude, acide et légèrement sucrée.
- ☞ Elle constitue la nourriture exclusive :
  - ⇒ de toutes les larves de la colonie sans exception, de leur éclosion jusqu'au troisième jour de leur existence
  - ⇒ des larves choisies par les abeilles pour devenir reine jusqu'au cinquième jour de leur existence
  - ⇒ de la reine pendant toute la durée de son existence depuis le premier jour où elle quitte la cellule royale.

### Propriétés de la gelée :

A travers sa composition globale, la gelée royale :

- ☞ apporte à l'organisme des éléments susceptibles de lui manquer, et aide à la bonne marche des fonctions organiques devenues insuffisantes. Elle :
  - **stimule - tonifie - dynamise** .
- ☞ favorise ou rétablit harmoniquement certains métabolismes parfois défailants, et améliore l'énergie vitale en général. Elle : **rééquilibre et revitalise**.

☞ Elle présente un certain nombre d'avantages nutritifs et énergétiques :

- **augmentation de la consommation maximale d'oxygène des tissus et amélioration du métabolisme**
- **augmentation de la résistance à la fatigue et au froid**
- **Stimulation de l'humeur psychique et diminution de l'émotivité**

☞ Enfin elle possède des **propriétés bactéricides, antibiotiques et virocidés** non négligeables.

Elle est indiquée essentiellement dans :

- ☞ *asthénies et convalescence*
- ☞ *anorexies et amaigrissements*
- ☞ *terreins déficients et vieillissement prématuré*
- ☞ *certaines anémies et certains problèmes circulatoires tensionnels*
- ☞ *asthénies sexuelles et certains troubles des règles*
- ☞ *certaines états dépressifs et troubles de l'humeur .*

### **Composition :**

En moyenne, la gelée royale contient :

- ☞ -eau : 60 à 70%
- ☞ protides: 12 à 15%
- ☞ glucides: 7 à 9%
- ☞ lipides : 5 à 6%
- ☞ cendres : 1 à 2%
- ☞ divers : 5 à 7% .

\*\* **Fortes proportions d'acides aminés libres, ainsi que des protéines** ( globulines, albumines,...)

\*\* Dans le divers, on trouve un grand nombre :

- ☞ de **vitamines** ( B1 , B2, B3, B5, B6, B7, B8, B9 ).
- ☞ Quantité plus faible de vitamines A, C, D, E, B12
- ☞ des **substances minérales et des oligo-éléments** ( potassium, phosphore, fer, calcium, cuivre, silicium)
- ☞ quelques grains de pollen
- ☞ un **facteur antibiotique** ( un acide gras spécifique s'oppose au développement bactérien ).

## Récolte – Conservation

☞ Pour récolter la gelée royale, il est nécessaire **de créer un élevage royal.**

**Celui – ci consiste à introduire dans un compartiment de ruche orpheline** ( la reine est grillagée – grille à reine à plat entre la hausse et le corps de ruche ou verticale dans la ruche compartimentée ) **un cadre de cellules artificielles** ( cupules de cire ) **dans lesquelles on greffe des larves âgées de 12 à 36 heures,** ( à l'aide d'un picking ) **qui sous ces conditions deviendront de jeunes reines.**

☞ Cet élevage est laissé en place pendant 2 jours et demi ou 3 jours maxi.

On enlève ensuite les larves à l'aide d'une pince ( ou autre moyen – filtre par exemple ) **et on prélève la gelée royale avec une spatule ou par aspiration** ( aspirateur ou grosse seringue ).

☞ Le prélèvement doit être rapide pour éviter l'action néfaste de l'air, de la chaleur, de la lumière et de l'humidité.

☞ Dans un tel élevage, on recueille environ 200 à 300mg de gelée par cupule et par récolte. **En moyenne, en France, on récolte 500 g à 1 Kg par ruche et par an.**

Pour une bonne conservation, la gelée doit :

☞ être mise dans un flacon en verre, hermétiquement fermé pour éviter l'altération de l'air, neutre et opaque ( éviter l'altération de la lumière).

☞ placée dans un endroit frais ( entre 0 et 5° centigrades ) et exempt d'humidité.

☞ Dans ces conditions optimales, la gelée se conserve plusieurs mois.

☞ Eviter cependant de dépasser une année pour bénéficier au mieux de ses propriétés et qualités.

## Consommation :

☞ Il est conseillé de la consommer plutôt à jeun et par voie sublinguale ( laisser fondre sous la langue ).

☞ **Chez l'adulte, la quantité journalière à prendre varie de 500 à 800mg** ( une goutte prise avec une spatule adaptée ) **pendant un mois environ, renouvelé deux à trois par an .**

☞ **Chez l'enfant, les quantités sont en général réduites de moitié. Avis médical indispensable.**

## **Présentation :**

☞ **gelée royale pure** ( *forme la plus efficace* ) en capsules ou en petits pots ( 5g-10g-20g,..... ).

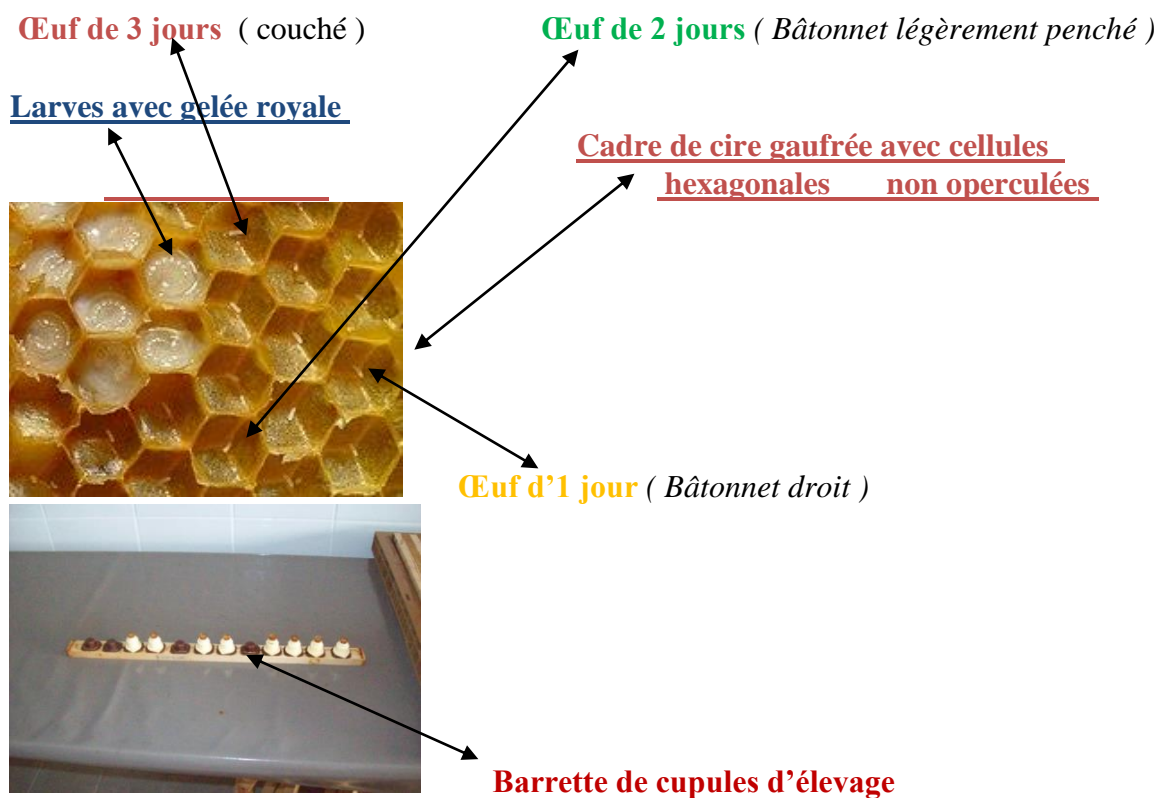
☞ **mélangée au miel** ( prise plus commode, mais considérée moins efficace par certains auteurs ) .

## **Bibliographie :**

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

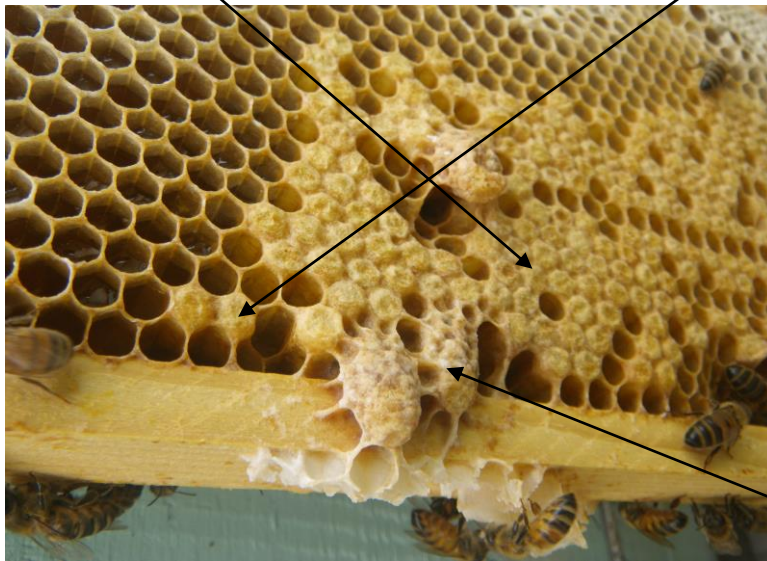
☞ « traité de biologie de l'abeille » par CHAUVIN et LAVIE ( éditions MASSON ) .

☞ 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.....* ) .



Couvain operculé d'ouvrières

Couvain operculé de Mâles



Cellules royales naturelles

**La gelée royale est le produit phare de l'apithérapie.**

Cette substance blanche nacré à la composition nutritionnelle exceptionnelle est produite par les abeilles nourricières à partir du miel et des pollens qu'elles butinent.

Très prometteuse, la gelée royale fait l'objet de nombreuses recherches. **Une partie de ses acides gras agirait directement au niveau de certains récepteurs œstrogéniques et modifierait la production de cellules cancéreuses.**

Sa richesse en acétylcholine contribuerait à l'équilibre du système nerveux et protégerait la mémoire. Elle ferait également diminuer le taux total de cholestérol, le mécanisme restant à élucider.

Un cocktail antimicrobes

**La gelée royale contient de précieux minéraux**, une ribambelle d'antioxydants, plus de dix acides aminés, divers sucres, une forte teneur en vitamines du groupe B, des acides gras...

Les scientifiques décortiquent depuis des années les nombreux composés de la gelée royale afin d'identifier ceux qui ont une action sur notre organisme

## santé.

Des chercheurs japonais ont démontré qu'un lipide contenu dans la gelée royale, le 10-2 HDA, était capable de stimuler nos défenses immunitaires en présence d'un virus et de réguler l'inflammation qui accompagne la maladie.

Une autre étude, chinoise cette fois, a prouvé que la royalisine, un ingrédient actif riche en 10-2 HDA, freinait la multiplication de diverses bactéries dont le staphylocoque doré et certains bacilles.

« S'il est toujours intéressant de savoir quelle molécule agit, il est probable que ce soit l'action, voire la synergie de plusieurs composés qui confère à la gelée royale ses propriétés sur le système immunitaire », précise Marie Josèphe Amiot-Carlin, directrice de recherche à l'Inra.

*Quid* des vertus toniques que l'on prête à la gelée royale ? Si, pour l'instant, les seules recherches concluantes concernent des souris, les médecins qui l'utilisent régulièrement assurent que la gelée royale est une aide précieuse en période de surmenage ou de convalescence.

### \*\*\*\*\* Annexe :

Yves LALANNE  
202, Le Gessan  
33 330 SAINT SULPICE de FALEYRENS  
Tel. : 06 59 83 30 79  
Mail. : [yveslalanne40@orange.fr](mailto:yveslalanne40@orange.fr)

Calcul du : 2 / 05 / 2020

### **Calcul quantité de consommation et coût de production de Gelée Royale en France + emplois créés potentiellement**

⇒ Population Française ( Métropole et Outre Mer ) => **Janvier 2020** : Total environ  
**67 000 000 de personnes**

\*\*\*\*\* Dont enfants 0 à 12 ans => 10 000 000 ( environ )  
\*\*\*\*\* Jeunes 13 à 18 ans => 6 000 000 ( environ )  
\*\*\*\*\* Adultes > 18 ans => 51 000 000 ( environ )

⇒ **Base de Calcul consommation :**

\*\*\* ( 2 cures de 25 grs => soit **50 grs/ an par adulte** > à 18 ans et **25 grs / an par jeune** 13 à 18 ans )

⇒ 51 000 000 adultes et 6 000 000 jeunes ( *approximativement* )

⇒ 50 grs x 51 000 000 = 2 550 000 000 grs ou 2 550 000 kgs ou **2 550 T**

⇒ 25 grs X 6 000 000 = 150 000 000 grs ou 150 000 Kgs ou **150 T**

⇒ Total de consommation annuelle **2 700 T / an en France** ( *approximativement* )

⇒ **Nb total de ruches en production :**

\*\*\* 1 kg / ruche et par an => **2 700 000 ruches**

] => environ **4 000 000 ruches**

\*\*\* 0,5 Kgs / ruche / an => **5 400 000 ruches**

⇒ **Coût total production :**

\*\*\* 2 500 € le Kg environ soit 2 500 000 € la tonne => 2 500 000 x 2700 T =>

**6 750 000 000 € / an**

⇒ **Nb emplois créés :** ( *base calcul => 2500, 00 € salaire médian mensuel net E T P* )

\*\*\* soit : 2500, 00 € x 12 = 30 000,00 € net x 1,7 ( *charges sociales* ) = **51 000,00 € brut / an / emploi**

\*\*\* 6 750 000 000 € / 51 000 => **environ 132 300 emplois** ( *E.T.P. équivalent Temps plein* )

=> à répartir sur **3 à 5 ans**

=> **nécessité de mettre en place un plan de formation, des futur.e.s recruté.e.s,** ( *étalé sur 3 à 5 ans* )

⇒ **Intérêt** ( *écologie - biodiversité - économie* ) + **besoin de prévention** ( *santé et bien-être* )

⇒ **Consulter le livre « Les Abeilles dans l'environnement et l'Apithérapie »**

⇒ **Auteur :** Yves LALANNE **éditions :** Sydney LAURENT **Paris**

⇒ **Site internet :** **[www. Apilivre.com](http://www.apilivre.com)**