

Dossier Scientifique Huile de Bourrache



Huile de Bourrache

Riche en acides gras essentiels dont :

- acide gamma linolénique (20%) (oméga 6)
- acide linoléique (36 à 40%) (oméga 6)
- acide oléique (15 à 20%) (oméga 9)

Actions sur :

- système nerveux
- équilibre cardiovasculaire
- immunité
- cicatrisation
- antiallergique et anti-inflammatoire

Rôle :

- prévention du vieillissement de la peau (sécheresse et desquamation)
- prévention de la formation des rides
- lutte contre les vergetures
- freine vieillissement hormonal et cutané
- nourrit et protège la peau

L'huile de bourrache :

- **stimule** l'épiderme qu'elle assouplit et rend plus résistant, ainsi que sur les phanères (cheveux, poils et ongles) dont elle renforce la résistance et la qualité,
- **prévient** du vieillissement cutané.

*Huile vierge
première pression à froid*

SOMMAIRE

Partie I : données administratives et résumé du dossier

I.1.	Renseignements administratifs	page 1
I.2.	Résumé des caractéristiques du produit	page 1
I.3.	Etiquetage et notice	page 1

Partie II : documentation scientifique

II.1.	Huile de Bourrache	page 2
II.1.1.	Elément de botanique	page 2
II.1.2.	Constituants	page 2
II.1.3.	Propriétés	page 2
II.1.4.	Etudes cliniques	page 3
II.1.5.	Effets indésirables – Contre indications – Précautions d'emploi	page 3

Partie III : méthode de préparation du produit fini

Bibliographie

page 4

Partie I : données administratives et résumé du dossier

I.1. Renseignements administratifs

Responsable de la mise sur le marché et de la commercialisation

SANTE VERTE Ltd.

Unit E / Foster Road
Ashford Business Park
Sevington, Ashford
Kent, TN24 0SH
Tél. : 44 (0) 1233 504 444
Fax : 44 (0) 1233 504 450
www.sante-verte.com

I.2. Résumé des caractéristiques du produit

L'huile de bourrache est riche en acides gras essentiels (AGE) et vitamine E. Mais la bourrache contient en particulier deux acides gras essentiels en quantité appréciable : l'acide gamma linoléique (AGL) (20 %) et l'acide linoléique (36 à 40%) qui sont des omégas 6.

L'huile de bourrache :

- stimule sur l'épiderme qu'elle assouplit et rend plus résistant, ainsi que sur les phanères (cheveux, poils et ongles) dont elle renforce la résistance et la qualité,
- prévient du vieillissement cutané

En aucun cas les renseignements donnés ne peuvent se substituer à un avis médical et chaque utilisateur est tenu responsable de ses propres actes, de sa santé et de sa sécurité.

I.3. Etiquetage

Ingrédients :

Pour 3 capsules :

Huile de bourrache (<i>Borago officinalis</i>)	1500 mg
Dont Acide linoléique	570 mg
Acide gamma linoléique	300 mg
Acide oléique	262,5 mg
Vitamine E naturelle (d-alpha-tocophérol) sans OGM	30 mg

Autres ingrédients : tunique : gélatine bovine, glycérine végétale, eau purifiée.

Informations nutritionnelles :

	Par capsule	Pour 100 g
Energie	5,30 kcal	777 kcal
Lipides	0,50 g	74,59 g
Protides	0,12 g	17,31 g
Glucides	0,06 g	8,1 g

Conseils d'utilisation : Prendre 2 à 3 capsules par jour.

Ne pas dépasser la dose journalière indiquée.
Ce produit n'est pas un médicament et ne peut se substituer à un régime alimentaire varié et à un mode de vie sain.
Maintenir soigneusement fermé dans un endroit frais, à l'abri de l'humidité.
Tenir hors de portée des enfants.

Précautions d'emploi : ne pas recommander en cas de gastrite, d'ulcère à l'estomac ou d'affection de la thyroïde. Femmes enceintes ou allaitantes, demandez l'avis de votre médecin traitant avant utilisation

Référence : PHSV047
Pilulier de 200 capsules
Poids net : 136,2 g

Partie II : documentation scientifique

II.1. La Bourrache

II.1.1. Eléments de botanique

Classification Classique	
Règne	Plantae
Division	Magnoliophyta
Classe	Magnoliopsidia
Ordre	Lamiales
Famille	Boraginaceae
Genre	Borago
Nom Latin	<i>Borago officinalis</i>

Nom : Bourrache

Parties utilisées : parties aériennes, fleurs, huile des graines.

Plante herbacée annuelle à grandes feuilles basales et à belles fleurs bleues (60 cm de haut).

Originaire du sud de l'Espagne et du Maroc, la bourrache s'est répandue dans tout le bassin méditerranéen. Plante

de jardin, elle est cultivée pour l'huile que l'on tire de ses graines [1].

II.1.2. Constituants

Mucilage, tanins, alcaloïdes pyrrolizidiniques, qui, isolés, sont toxiques pour le foie. Les graines contiennent jusqu'à 24% d'acide gamma linoléique (AGL) [1].

II.1.3. Propriétés

La bourrache est une plante émolliente ; elle soulage les troubles respiratoires. Sous forme de jus frais pressé, en cataplasme ou en infusion, elle soulage les irritations cutanées. Les fleurs sont sudorifiques et les feuilles, diurétiques. L'huile des graines riche en acides gras polyinsaturés surpasse l'huile d'onagre bisannuelle. Elle soigne les douleurs prémenstruelles, les rhumatismes, l'eczéma et les affections cutanées [1].

L'industrie pharmaceutique l'utilisait car cette plante est riche en nitrate de potassium qui est un sudorifique et un diurétique assez efficace.

Les feuilles sont riches en mucilage, qui serait utile pour aider à lutter contre les entérocolites et les constipations. On y retrouve de plus de l'intermedine, de l'amabiline, des alcaloïdes.

Par son mucilage elle est adoucissante, émolliente et expectorante, donc utilisée dans les catarrhes des voies respiratoires, la gastrite, les inflammations des muqueuses.

Par la présence du chlorate de potassium elle est sudorifique et diurétique (elle augmente l'élimination de l'urine).

En usage externe, elle a un effet calmant sur les éruptions cutanées et autres dermatoses [2].

Les parties aériennes de la bourrache renferment des tannins auxquels on attribue des propriétés astringentes. Elles contiennent également du mucilage, ce qui pourrait expliquer les propriétés expectorantes de la plante. On y trouve aussi de l'acide malique et du nitrate de potassium, substances qui pourraient être responsables de ses propriétés diurétiques [13].

Absorbée par voie orale, elle permet de lutter contre le dessèchement cutané, freine le processus de vieillissement de la peau et prévient la formation des rides. Elle rend l'épiderme souple et résistant, et améliore les ongles et cheveux cassants. Outre ses bienfaits sur la peau, l'huile de bourrache aide à réguler les états prémenstruels et à surmonter les troubles de la pré ménopause et de la ménopause. Elle participe favorablement à l'équilibre des bonnes graisses dans le sang. C'est aussi un précurseur naturel des prostaglandines (PGE1). Il est bon de rappeler que les dernières études scientifiques réalisées dans le monde entier tendent à prouver les bienfaits des PGE1 (molécules naturelles normalement fabriquées par l'organisme) qui posséderaient des propriétés anti-inflammatoires, anti-agrégantes plaquettaires, cicatrisantes, protectrices du système cardiovasculaire, anti-eczémateuse (eczéma atopique du nourrisson) et co-adjuvantes dans le traitement de la sclérose en plaques. Il est conseillé d'utiliser l'huile de bourrache en cures régulières pour bénéficier pleinement de ses bienfaits.

II.1.4 Etudes cliniques

Arthrite rhumatoïde. Au cours de deux études en double aveugle ayant porté en tout sur 93 sujets, on a constaté que la prise quotidienne de 1,4 g d'AGL (6 g d'huile de bourrache) [3] ou 2,8 g d'AGL (12 g d'huile de bourrache) [4] pouvait soulager les symptômes de cette maladie : diminution de l'enflure et de la sensibilité des articulations. Malgré le faible nombre d'études et de participants, les auteurs de plusieurs synthèses reconnaissent que l'huile de bourrache peut avoir une certaine utilité pour soulager les symptômes de la polyarthrite rhumatoïde [5-7]. On pense que l'AGL qu'elle contient agit de façon positive sur les médiateurs de l'inflammation.

Eczéma. Malgré les résultats encourageants d'un essai préliminaire [8], trois études subséquentes (235 sujets en tout) ont donné des résultats non concluants [9-11]. En revanche, un essai en double aveugle, publié en 2003 et ayant porté sur 118 enfants à risque, a donné des résultats encourageants. En effet, bien que la prise de 100 mg d'AGL par jour (435 mg d'huile de bourrache) n'ait pas prévenu l'eczéma, elle a tout de même réduit la gravité des crises chez les participants [12].

La prise de 500 mg d'huile de bourrache versus placebo par 106 patients randomisés atteints d'eczéma et traités par dermocorticoïde a entraîné une élévation des métabolites de l'AGL et a amélioré le sous-groupe de patients dont le taux de D-AGL dans les globules rouges s'est élevé avec la prise d'huile de bourrache [14].

II.1.5 Effets indésirables et contre indications.

De fortes doses d'huile peuvent provoquer, comme c'est le cas pour toutes les huiles prises seules (sans autres aliments), des selles molles, des éructations et des ballonnements.

Partie III : méthode de préparation du produit fini

- Formule de fabrication
- Procédé de fabrication
- Contrôle de qualité en cours de fabrication
- Spécifications du matériel utilisé
- Validation du procédé

Documents disponibles sur simple demande.

Bibliographie

1. Encyclopédie des plantes médicinales : identification, préparations, soins. 2001, Larousse.
2. <http://fr.wikipedia.org>
3. Leventhal LJ, Boyce EG, Zurier RB. Treatment of rheumatoid arthritis with gamma-linolenic acid. Ann Intern Med. 1993 Nov 1;119(9):867-73. Texte intégral : www.annals.org
4. Zurier RB, Rossetti RG, et al. Gamma-Linolenic acid treatment of rheumatoid arthritis. A randomized, placebo-controlled trial. Arthritis Rheum. 1996 Nov;39(11):1808-17.
5. Little C, Parsons T. Herbal therapy for treating rheumatoid arthritis. Cochrane Database Syst Rev. 2001;(1):CD002948. Review.
6. Belch JJ, Hill A. Evening primrose oil and borage oil in rheumatologic conditions. Am J Clin Nutr. 2000 Jan;71(1 Suppl):352S-6S. Texte intégral : www.ajcn.org
7. Soeken KL, Miller SA, Ernst E. Related Herbal medicines for the treatment of rheumatoid arthritis: a systematic review. Rheumatology (Oxford). 2003 May;42(5):652-9. Review. Texte intégral : rheumatology.oxfordjournals.org
8. Bahmer FA, Schafer J. [Treatment of atopic dermatitis with borage seed oil (Glandol)--a time series analytic study]. [Article en allemand, résumé en anglais]. Kinderarztl Prax. 1992 Oct;60(7):199-202.
9. Borrek S, Hildebrandt A, Forster J. [Gamma-linolenic-acid-rich borage seed oil capsules in children with atopic dermatitis. A placebo-controlled double-blind study]. [Article en allemand, résumé en anglais]. Klin Padiatr. 1997 May-Jun;209(3):100-4.
10. Henz BM, Jablonska S, et al. Double-blind, multicentre analysis of the efficacy of borage oil in patients with atopic eczema. Br J Dermatol. 1999 Apr;140(4):685-8.
11. Takwale A, Tan E, et al. Efficacy and tolerability of borage oil in adults and children with atopic eczema: randomised, double blind, placebo controlled, parallel group trial. BMJ. 2003 Dec 13;327(7428):1385. Texte intégral : bmj.bmjournals.com
12. Van Gool CJ, Thijs C, et al. Gamma-linolenic acid supplementation for prophylaxis of atopic dermatitis--a randomized controlled trial in infants at high familial risk. Am J Clin Nutr. 2003 Apr;77(4):943-51. Texte intégral : www.ajcn.org
13. <http://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/>
14. Henz BM, Jablonska S, van de Kerkhof PC, Stingl G, Blaszczyk M, Vandervalk PG, Veenhuizen R, Muggli R, Raederstorff D. Double-blind, multicentre analysis of the efficacy of borage oil in patients with atopic eczema. Br J Dermatol. 1999 Apr;140(4):685-8