



Artocarpus altilis (Arbre à pain, vertus médicinales)

Artocarpus altilis

- Plantes médicinales
- Médicinales communes




Des feuilles aux racines, quasiment toutes les parties de l'arbre à pain sont utilisées pour de nombreuses vertus médicinales dans les îles du Pacifique.



Identité

Nom scientifique	Noms Kanak
<i>Artocarpus altilis</i>	On(e), Guano i Nengone (Nengone)
Famille	Autres noms communs
Moraceae	--
Statut Biogéographique	Milieu naturel d'origine
Plante introduite cultivée	Non renseigné
Origine géographique	Statut IUCN
Océanie	Non évalué
Distribution géographique	
Nouvelle-Calédonie	

Description

 Type de plante	Hauteur à maturité
Arbre	Plus de 5 m
 Couleur des feuilles	
Vert	
 Couleur des fleurs	
Jaune	

Type et préparations

Type de plante médicinale	Type de préparations
Commune	Décoction, Application externe
Type de médecine	Partie utilisées
Traditionnelle Océanie	Écorce, Tige, Fruit, Latex, résine, Racine, Feuille

Propriétés

Antiseptique, Analgésique

Usages médicinaux

Ciguatera (gratte), Yeux, oreilles, Affections respiratoires, Blessures, Douleurs, Troubles digestifs, Vitalité, énergie, Articulations, Cœur, circulation, Peau, dermatologie

Saisonnalité

Floraison	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Fruits	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Taille	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D



Généralités

Artocarpus altilis, l'arbre est un arbre très apprécié pour son fruit dans le Pacifique. C'est un grand arbre de la famille des **Moracées**.

La fiche "**Fruit à pain**" présente en détail des **descriptions botaniques** et les **techniques de culture**.



Arbre à pain adulte avec fruits (variété *Maafala*) ©IAC

La fiche ci-dessous présente les propriétés et usages médicinaux des différentes parties de la plante. Quasiment toutes les parties de l'arbre sont utilisées : feuilles, écorce, fruit, latex, racines.

Cette plante est utilisée dans la **médecine traditionnelle kanak**. La feuille de l'arbre à pain peut rentrer dans la composition de l'*aeneshaba* (mélange fortifiant à base de plantes) (3).

Voir la fiche "La médecine traditionnelle kanak."

Précautions

Avant tout usage de plante médicinale, **lisez attentivement la fiche Agripédia "Précautions d'usage des plantes médicinales"**, car certaines plantes

sont toxiques, même à faible dose et un mauvais usage pourrait mettre votre santé en danger.

Quelques règles de bon sens :

- L'utilisation des remèdes présentés dans nos fiches **ne se substitue aucunement à un avis médical**, ni aux conseils d'un **guérisseur traditionnel** (tradithérapeute) ;
- En cas de symptômes persistants ou anormaux, **consultez un professionnel de santé** ;
- N'utilisez pas une plante quand vous avez un **doute sur son identification botanique** ou alors demandez une identification formelle à quelqu'un de votre entourage qui s'y connaît vraiment, un botaniste, un tradithérapeute, un herboriste ou un pharmacien.

Vertus générales

Les vertus médicinales de l'arbre à pain sont nombreuses. Cette plante est traditionnellement utilisée dans le Pacifique pour traiter :

- les **affections respiratoires**
- les affections des **yeux** et des **oreilles**
- les **douleurs**
- les **plaies** et **blessures**
- les **affections cutanées**
- la **gratte**
- les **troubles digestifs**
- la **fatigue**

PLANTE ENTIÈRE : propriétés et usages

La **plante adulte** est utilisée comme remède pour traiter :

- **Hypertension** (Nouvelle-Calédonie) (1)
- **Affections circulatoires** (Nouvelle-Calédonie) (1)
- **Troubles hépatiques** (Nouvelle-Calédonie) (1)

- **Affections respiratoires** (Nouvelle-Calédonie) (2)
- **Attaques cardiaques** (Papouasie N-G) (1)
- **Cancers** (Papouasie N-G) (1)
- **Migraines** (Papouasie N-G) (1)

Les **jeunes pousses** sont utilisées comme remède pour traiter :

- **Angines** : un remède polynésien utilise les jeunes pousses de l'arbre à pain associé aux pétioles (queue) des feuilles. Pour cela : enlever l'écorce d'une jeune branche de la longueur d'un bras et la râper. Broyer ensemble 4 pétioles (queue) de jeunes feuilles vertes, 4 pétioles de vieilles feuilles jaunes et 4 pousses. Déposer cette pâte sur la couche d'écorce râpée et en faire un paquet. Le paquet est trempé dans un bol d'eau puis pressé au-dessus du bol (2). Le trois quarts du remède est utilisé pour des gargarismes et le reste est bu.

- **Infections de l'œil** (orgelets) : les jeunes pousses sont broyées et le jus est appliqué en usage externe (Polynésie) (1)

- **Infections de l'oreille** (otalgies) : un bourgeon est broyé, la pulpe est placée dans un tissu propre, 20 gouttes de monoï tiaré sont ajoutées, le mélange est chauffé au-dessus d'une flamme, l'oreille non malade est d'abord frottée avec le remède, ensuite l'oreille malade, puis quelques gouttes sont insérées à l'intérieur du conduit auditif (Polynésie) (2)

- **Contre la gratte (ciguatera)** : une décoction des jeunes pousses (Fidji) (1). Un bourgeon enveloppé dans un petit fragment de vieille feuille jaunie est mâché et avalé. Par dessus, il est bu un petit verre de latex frais, tout juste saigné de l'écorce. Un remède renouvelé 3 fois par jours lorsque la crise est forte (4).



- **Spasmes musculaires** (Fidji) (1)

La fiche "[Les différentes préparations de plantes médicinales](#)" explique comment préparer des infusions, décoctions, macérations...

FEUILLES : propriétés et usages médicinaux

- **Douleurs** : la feuille jaunie, associée à la feuille de *Graptophyllum pictum* **soulage les douleurs** (Maré, Nouvelle-Calédonie) (1,3)
- **Plaies** : le jus des feuilles est écrasé et appliqué sur les **plaies** (Fidji) (1)
- **Affections oculaires** : les feuilles traitent les **affections des yeux** (Samoa, Futuna) (1)

FRUIT : propriétés et usages médicinaux

- **Antiseptique** : la pulpe moisie du fruit soigne les **furoncles** (Tahiti) (1)

Composition chimique

- Le fruit est riche en polyphénols (protecteurs des vaisseaux sanguins) (1)



Fruits à pain sur arbre (variété Ma'afala)
©IAC

LATEX : propriétés et usages médicinaux

- **Blessures** : le latex appliqué sur la peau forme un pansement isolant et

imperméable qui accélère la guérison des fractures, foulures, contusions et douleurs articulaires : (Tahiti) (1,4)

ÉCORCE : propriétés et usages médicinaux

- La **gratte** (Nouvelle-Calédonie) (1)
- Les **douleurs de poitrine** et **troubles cardiaques** avec le jus extrait de l'écorce (Fidji) (1)
- Les **maux d'estomac** et **troubles digestifs** (Samoa, Tonga) (1)
- La **fatigue** : l'infusion de l'écorce est administrée comme tonique aux convalescents ou en cas de rechute (Tonga) (1)

RACINES : propriétés et usages médicinaux

- Maladies et difficultés **respiratoires** : le jus des racines pourrait les soulager (Fidji) (1)



Soutiens à la réalisation de cette fiche

L'Institut agronomique néo-calédonien (IAC) a été lauréat du "Fonds de sauvegarde du patrimoine immatériel des pays et territoires d'outremer

(PTOM)" en mars 2022 pour intégrer dans Agripedia des fiches sur les plantes médicinales de la pharmacopée calédonienne.

Cette fiche a été réalisée grâce au soutien moral et financier de l'Union européenne, de l'Institut français, de l'OCTA et de

l'ACPA dans le cadre du **projet pilote AR CHIPEL.EU**.

Cette fiche a été également réalisée grâce au soutien scientifique, technique et financier de l'IAC, l'ADCK-Centre Tjibaou, l'IRD, l'Institut Pasteur de Nouvelle-Calédonie et Lincks.



Contributeurs du projet lauréat du fonds ARCHIPEL.EU-2022 de sauvegarde et promotion du patrimoine immatériel des PTOM



Cofinancé par l'Union européenne



Logos



Auteurs

Publié le : 24 mars 2023

Rédaction de la fiche

- Christina Do (IAC)
- Estelle Bonnet-Vidal (Lincks)

Relecture

- **Valérie Kagy** (IAC)

Citation bibliographique recommandée :

Agripédia. Fiche technique "**Artocarpus altilis (Arbre à pain, vertus médicinales)**" [En ligne] <https://www.agripedia.nc/ressources-vegetales/plantes-medicinales/medicinales-communes/artocarpus-altilis-arbre-pain-vertus> (consulté le jour/mois/année)

Voir également [FAQ "Comment citer cette référence bibliographique ?"](#)

Sources

- (1) Limousin P., 2014. **Oceania planta medica, flore de Kanaky, vol. II** - Panacées alimentaires - p 152-153
- (2) Pétard P., 2019. **Plantes utiles de Polynésie** ra'au tahiti, éditions Haere Pô - p 141-149
- (3) Lormée N., Cabalion P., Hnawia É., 2011. **Hommes et plantes de Maré, îles Loyauté, Nouvelle-Calédonie**. IRD éditions, page 170
- (4) Bourret D., ORSTOM/IRD, 1981. **Bonnes plantes de Nouvelle-Calédonie et des Loyauté**. Les éditions du lagon, p 16-18



Valérie KAGY
Institut agronomique néo-calédonien (IAC)
27/03/2023
<http://www.iac.nc>

