



# Vitellaria paradoxa C.F Gaertn.

Sapotaceae

## Noms vernaculaires

Français : karité

Mooré : táanga

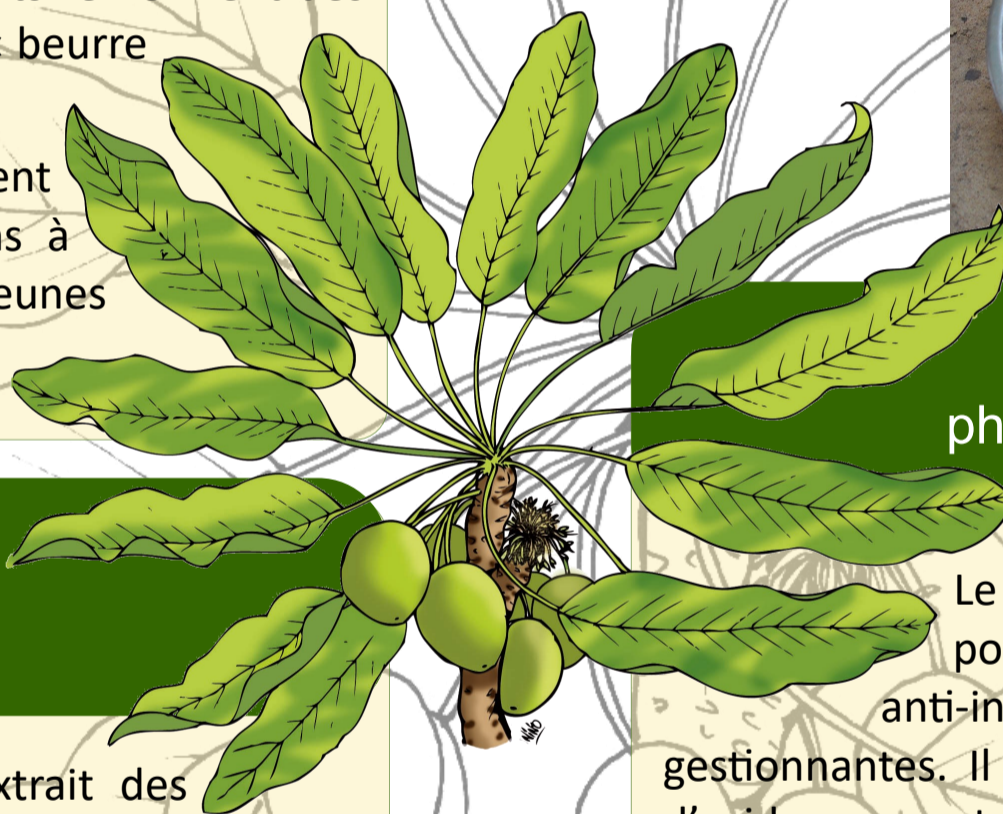
Lyle : só



## Botanique

Cet arbre typique de la savane arborée du Burkina Faso, de croissance lente, peut atteindre une quinzaine de mètres de hauteur. Son écorce profondément crevassée, rappelle de grosses écailles. Ses feuilles alternes rassemblées à l'extrémité des branches, entourent un bouquet de fleurs blanc crème. Ses fruits renferment des graines utilisées pour faire le « beurre de karité ».

L'espèce est particulièrement menacée : nous encourageons à la protéger et à planter de jeunes arbres.



## Usages thérapeutiques et posologie

Partie utilisée : le beurre extrait des graines.

Nous recommandons d'utiliser le « beurre » en application locale : en cas de rhumes, de sinusites, de crevasses, d'eczéma sec, de douleurs articulaires ou encore de rhumatismes.

## Médecine traditionnelle burkinabè

Le « beurre » (graisse extraite des graines) entre dans de nombreux massages de confort et thérapeutiques, en particulier pour le soin des corps endoloris comme pour celui des rhumatismes. Il entre également dans l'hygiène et l'entretien de la peau.

Il est conseillé d'enduire l'intérieur des narines de « beurre » de karité afin de soigner le rhume.

La pulpe du fruit charnue et sucrée est consommée par les populations.

Le « beurre » lui, est très apprécié en cuisine.



## Propriétés pharmacologiques

Le « beurre » de karité possède des propriétés anti-inflammatoires et décongestionnantes. Il contient des glycérides d'acides gras saturés et insaturés, des alcools triterpéniques et des vitamines.

## Toxicité

Le « beurre » de karité n'est pas toxique.

