

# Où se trouve-t-elle ?

L'arnica peut se trouver dans les parties les plus hautes des Pyrénées. En Catalogne, elle pousse dans les pâturages de sols acides ou près des torrents et des ravins. On la trouve dans le Vall d'Aran, Alta Ribagorça, Pallars Sobirà, Alt Urgell et Ripollès. En France, dans les Pyrénées.



*Habitat de l'arnica*



# Où est-elle récoltée ?

En Catalogne, il n'existe pas de législation qui interdise et contrôle la récolte d'Arnica montana dans tout le territoire, excepté dans les zones faisant partie d'un Parc National ou d'une Réserve Intégrale.

Cependant, cette espèce est incluse dans l'Annexe V de la Directive 92/43/CEE Habitats (transposée en Espagne dans le RD 1997/1995 et modifications ultérieures, RD 1193/1998) et dans l'Annexe D du Règlement CE 338/97 et modification ultérieure du Règlement CE 1497/2003 (CITES). Ces deux réglementations ne concernent que la gestion de la récolte d'arnica et la surveillance de sa commercialisation sans toutefois l'interdire.

En Catalogne, il est toujours possible de récolter de l'arnica, à condition qu'elle ne soit pas dans les zones protégées, que la récolte se fasse en petites quantités, qu'il n'y ait pas de destruction de l'environnement et que les règles énoncées plus haut soient respectées. Si l'on veut récolter de grandes quantités d'arnica pour la vendre, il est nécessaire d'avoir la permission du propriétaire du bois. Dans les forêts domaniales, la récolte est mise aux enchères et il faut avoir l'autorisation de l'administration compétente (DMAH<sup>1</sup> en Catalogne), qui octroie un permis pour la récolter.

En Catalogne, si l'on veut que le produit soit vendu sous la garantie du CCPAE<sup>2</sup>, il faut avoir l'autorisation du DMAH pour récolter de petites ou grandes quantités.

Des deux côtés des Pyrénées, il est interdit de récolter l'arnica dans les Parcs Nationaux. Dans les Parcs Naturels et Espaces d'Intérêt Naturel, il faut demander l'autorisation à l'organisme gestionnaire de l'espace en question.

<sup>1</sup>Departament de Medi Ambient i Habitatge (Département de l'environnement et de l'habitat)

<sup>2</sup>Consell Català per la Producció Agrària Ecològica (Conseil catalan pour la production agricole écologique)





Silvapyr S6 – Produits forestiers non ligneux

Fiches techniques

# FLEUR d'ARNICA



**FLEUR  
d'ARNICA**

Septembre 2006

**FLOR  
De ARNICA**

CRPF Midi-Pyrénées  
7 ch. de la Lacade-31320 AUZEVILLE-TOLOSANE  
Tel.: 05 61 75 42 00 Fax : 05 61 75 42 50  
midipyrenees@crpf.fr • www.crpf-midi-pyrenees.com

ONF Direction Territoriale Sud-Ouest  
23 bis bd Bonrepos-31500 TOULOUSE  
Tel : 05 62 73 55 00 Fax : 05 61 63 77 79  
dt.sud-ouest@onf.fr • www.onf.fr

## Qui est-elle ?



*Arnica en pleine floraison*

L'arnica (*Arnica montana* L., Composées) est l'une des plantes médicinales les plus appréciées dans la phytothérapie. C'est une plante à rhizome, pérenne, dont les feuilles plus ou moins pileuses et opposées forment une rosette à la base. Sa tige florale, de 30 à 60 cm de haut, contient un à trois capitules de fleurs jaune vif de 5 à 8 cm de diamètre, d'aspect gracile et fragile. Dans les Pyrénées, cette plante fleurit en juillet et août.

L'arnica est utilisé pour ses propriétés anti-inflammatoires, pour soulager les contusions, les entorses, les traumatismes, les douleurs musculaires et articulaires, sous forme de teinture ou d'huile essentielle, en applications externes. Son utilisation interne par voie orale est absolument déconseillée à cause de son effet irritant pour les muqueuses et stimulant pour le coeur.



*Arnica au début de sa floraison.*



*Semences d'arnica prêtes à se répandre.*

Le produit commercialisé provient des capitules séchés, en partie ou entiers, ou des fleurs individuelles. A l'heure actuelle, certains pays d'Europe Centrale cultivent l'*Arnica montana*, mais la récolte de la plante sauvage reste encore un produit commercial important. L'*arnica* sauvage commercialisé provient surtout de l'Europe de l'Est, mais aussi de Galice



*Arnica à l'état végétatif.*

(au nord-ouest de l'Espagne). Même si la récolte de l'*Arnica montana* dans les Pyrénées ne se fait pas à des buts commerciaux (seulement pour l'autoconsommation), une exploitation ordonnée et contrôlée de cette plante pourrait se traduire par un complément de revenus pour les habitants de ces montagnes. Pour cela, il est nécessaire de repérer l'habitat actuel de l'*arnica* sauvage dans les Pyrénées.

Il ne faut pas confondre le vrai *arnica* avec d'autres espèces similaires qui sont souvent utilisées par les habitants des Pyrénées à la place de l'*Arnica montana*. Ces espèces sont des «faux *arnicas*» parmi lesquelles, nous pouvons citer : *Crepis paludosa*, *Inula viscosa*, *I. helenoides*, *I. montana*, *Doronicum grandiflorum*, *D. pardalianches*, *Lilium pyrenaicum*, *Pallenis spinosa*, *Senecio doronicum*, *S. jacobea* et *S. pyrenaicus*.

## Où est-elle vendue ?

Les fleurs séchées d'*arnica* sont vendues le plus souvent à un grossiste qui les distribue ensuite dans les laboratoires et chez les détaillants. Cependant, les quantités minimales que demandent ces grossistes sont inaccessibles pour les récolteurs et producteurs professionnels des Pyrénées. Pour cette raison, si l'on veut que l'*arnica* procure un revenu montagnard complémentaire, il faut vendre directement le produit obtenu dans les petits laboratoires ou faire des teintures et des huiles d'*arnica* chez le producteur tout en respectant le registre sanitaire concerné.

En Catalogne, la vente directe est régie par l'arrêté du 3 octobre 1973, en attendant la mise en place du projet du Real Decreto qui contrôlera les médicaments élaborés à base de plantes médicinales. L'arrêté de 1973 considère l'*arnica* comme une plante que l'on peut mettre en vente seulement si l'administration compétente en la matière a été prévenue, si les installations du fabricant ont été enregistrées, et si la vente se fait sans mélanger l'*arnica* à d'autres plantes et sans donner d'indications thérapeutiques.

Le prix des fleurs séchées d'*arnica* est très variable et dépend de l'origine de la plante et de la quantité à vendre. On peut prendre comme référence le prix de la plante séchée vendue au détail au consommateur final, qui peut atteindre 2,5 €/50g. Le prix au producteur irait de 8 à 30 €/kg de produit sec, en fonction de la marge appliquée par le grossiste et le détaillant.

# Comment est-elle vendue ?



*Arnica à l'état végétatif.*

Pour que la récolte de fleurs d'arnica puisse se faire dans les meilleures conditions, il est recommandé de suivre les règles établies et enregistrées dans le Guide des Bonnes Pratiques Agricoles et de Récolte de plantes aromatiques et médicinales (OMS) (voir encadré). Pour éviter d'avoir des pertes de qualité dans le produit final, il faut minimiser la manipulation des fleurs. Celles-ci sont séchées naturellement dans un abri propre et ventilé, à l'ombre et protégées des insectes et autres animaux. Le séchage peut se faire aussi à l'aide d'un séchoir à air chaud forcé.

Ensuite les fleurs sont sélectionnées, emballées et étiquetées pour le stockage ou la vente. Tout le processus est manuel. Pour élaborer les teintures et les huiles, on laisse macérer les fleurs séchées ou fraîches dans l'alcool, l'eau de vie (teintures) ou l'huile d'olive (huiles).

## RÈGLES À SUIVRE POUR LA RÉCOLTE DE L'ARNICA SAUVAGE

**1. Récolte :** la période la plus favorable pour récolter les fleurs d'arnica est en début de floraison. Ainsi on réduit les dommages provoqués par un diptère (*Tephritis arnicae* L.), qui parasite les fleurs tubulaires avant leur ouverture et affecte la qualité et déprécie le produit final obtenu.

**2. Taux de récolte :** le taux de récolte devrait être limité à 40% de capitules d'arnica, pour assurer la survie de l'espèce à long terme.

3. Quand on récolte les capitules d'arnica, il ne faut jamais arracher la plante. Les tiges des fleurs doivent être coupées avec des ciseaux ou avec un couteau bien aiguisé.

4. La coupe doit se faire de façon uniforme sur toute la zone de récolte. Avant et après la récolte, il doit y avoir la même couverture de plantes d'arnica.