

LES VERTUS D'UNE PLANTE CARIBEENNE : LE NONI

LE NONI, UN PRODUIT JUTEUX...

Jean-Louis LONGUEFOSSE – Journées caribéennes alimentation-santé – 15 mai
2004

J'ai donné comme sous-titre à mon exposé : « le noni, un produit juteux », non pas en raison du fruit qui donne en fait peu de jus, mais juteux pour les sociétés qui le commercialisent depuis quelques années, principalement la société Morinda, qui s'est attribué le nom scientifique de cette plante.

Le noni est encore appelé *ponm chyen*, *ponm makak*, *vomi chyen* ou *corossol chien* aux Antilles françaises. D'autres noms sont employés dans la Caraïbe : feuille douleur en Haïti, *pain killer*, *indian mulberry* ou encore *cheese fruit* aux Antilles anglophones.

Ce petit arbre est de la famille botanique des Rubiacées comme le café. Comme beaucoup de plantes de la Caraïbe, il fut introduit aux Antilles à la fin du XVIII^{ème} siècle. Il est originaire d'Asie et du Pacifique Sud.

Pouvant atteindre 5 m de hauteur, le noni est caractérisé par de grandes feuilles ovales à nervures proéminentes à la face inférieure. Les petites fleurs blanchâtres donnent des fruits globuleux composés de plusieurs baies soudées. De la taille d'une pomme de terre, vert foncé, ils deviennent jaune crème à maturité et dégagent alors une forte odeur de fromage.

Courant dans les bois près des côtes et sur le littoral sableux, il est victime depuis peu d'un ramassage systématique des fruits qui servent à préparer le jus de noni, très en vogue actuellement.

Le noni : un produit juteux

Tout commence par une belle histoire : Au début des années 90, deux chercheurs américains en science alimentaire « redécouvrent » le noni et ses bienfaits lors d'un voyage à Tahiti. Ils fondent en 1996 la société Morinda et commercialisent le jus de noni sous la marque « Tahitian noni » avec un seul but : dominer le marché mondial des boissons nutritives. En quelques années, ils inondent le marché mondial de jus de

noni avec un système de marketing de réseau basé sur des primes reversées à leurs « distributeurs exclusifs ».

Les chiffres sont éloquentes :

Des ventes annuelles dépassant en 2003 le milliard de dollars

Plus d'un million de distributeurs dans le monde

Des taux de croissance prodigieux...

Si je parle de cette société, c'est qu'elle possède 95 % du marché mondial du jus de noni.

Les vertus du jus de noni

Les vertus du jus de noni tant sur internet que dans la presse sont merveilleuses avec des témoignages bouleversants de personnes guéries du cancer, du sida, de la sclérose en plaque, de lupus, d'arthrite, d'insomnies, de dépression, du diabète, de troubles circulatoires, d'hypertension artérielle, de fatigue chronique, ... et j'en passe.

On assiste depuis peu à une véritable frénésie sur le jus de noni, censé guérir toutes les maladies. Plante-miracle ? Plante réellement active ? Douée de véritables propriétés ? Ou simple coup de marketing et publicité abusive ?

Voilà quelques questions auxquelles il convient de répondre de manière aussi claire que possible.

Afin de me faire une opinion, je me suis appuyé sur 3 axes :

- Les usages populaires de la plante
- L'avis des consommateurs
- Et surtout, les études scientifiques

Utilisations en médecine populaire

Voyons quelles sont les utilisations du noni en médecine populaire :

Le noni était plutôt délaissé aux Antilles françaises on disait même que le fruit était plus ou moins toxique comme l'attestent les noms créoles du fruit. Les appellations comme feuille douleur en Haïti, ou *pain killer* aux Antilles anglophones corroborent l'usage des feuilles contre les douleurs rhumatismales, les maux de tête et diverses douleurs corporelles ; la plante fait d'ailleurs partie de la Pharmacopée végétale caribéenne TRAMIL dans ces indications par voie externe.

En Polynésie le noni est employé comme nourriture et remède depuis des siècles. Les Tahitiens utilisent le jus du fruit comme un « guérit-tout » comme fortifiant dans le traitement de diverses maladies : diabète, arthrite, hypertension artérielle, douleurs diverses, cancer, mauvaise digestion, ulcère gastrique, dépression, athérosclérose, sénilité.

L'avis des consommateurs

Une étude réalisée aux Etats-Unis portant sur 10 000 consommateurs de jus de noni a montré que les utilisateurs lui attribuent de nombreuses propriétés :

- 91 % notèrent une augmentation de leur vitalité
- 90 % de celles atteintes de douleurs chroniques ont vu leurs douleurs baisser
- 87 % des personnes hypertendues ont vu leur tension baisser significativement
- 72 % des personnes en surcharge pondérale constatèrent une baisse de leur poids
- 67 % des 847 personnes atteintes de cancer ont vu une diminution significative des symptômes de la maladie

Les autres améliorations significatives ont porté sur l'arthrite, les maladies cardiovasculaires, le diabète, les allergies, la dépression (*Solomon, 1988-2001*)

Ses propriétés pharmacologiques

Quelles sont les propriétés scientifiquement prouvées ?

Depuis une dizaine d'années, les travaux se sont multipliés sur le noni, mais, il faut le souligner, les études scientifiques attestant des réelles propriétés du jus de noni sont limitées :

- **Propriétés analgésiques, sédatives et anti-inflammatoires**

Des études chez l'animal ont montré que la plante, notamment l'extrait aqueux de la racine, est analgésique et sédative (*Younos et al, 1990 – Li et al, 2001*). D'autres auteurs mentionnent les activités sédatives du fruit (*Wang, 2001*).

Les feuilles sont riches en acide gentsique, un composé proche de l'aspirine et doté de propriétés anti-inflammatoires, propriétés liées à un effet sur la cyclo-oxygénase 1 (COX-1) (*Li et al, 2003 - McKoy et al, 2002*)

- **Propriétés anticancéreuses**

Quelques études sur l'activité anticancéreuse du noni ont été menées ces dernières années, principalement à Hawaï et dans le laboratoire de recherche de la société

Morinda aux Etats-Unis (Furusawa et al, 2003 - *Li et al, 2003* - *Wang et al, 2002* - *Wang MY, 2001* - *Liu et al, 2001* - *Hirazumi et al, 1999* - *Asahina, 1994*) :

Chez l'animal, le fruit du noni exerce une activité sur le cancer du poumon, du sein et du foie. L'extrait alcoolique du fruit inhibe in vitro la production de TNF- alpha (*tumor necrosis factor*) , un facteur cellulaire impliqué dans le développement de tumeurs. Ces actions seraient dues à des actions de stimulation immunitaire et à l'action de molécules comme le damnacanthal ou l'aspéruloside.

En outre, le noni est doté d'un fort pouvoir anti-oxydant, qui réduit les dommages causés par les radicaux libres dans l'organisme et notamment sur le risque d'apparition de cellules cancéreuses.

Cependant, il faut relativiser la portée de ces études ; il n'y a pas suffisamment d'études scientifiques pour prouver que le jus de noni est actif de façon préventive et curative dans le cancer. Certes, des études sur des animaux ont montré des effets positifs mais il n'y a pas d'essais cliniques réalisés chez les humains.

- **Propriétés antidiabétiques**

La littérature scientifique est discrète sur les effets hypoglycémiants du noni. La feuille contient des molécules connues pour leurs effets antidiabétiques (bêta-sitostérol, acide ursolique) mais des études chez l'animal se sont révélées négatives (*Dhawan B et al, 1977*). La racine possède des effets hypoglycémiants chez l'animal (*Tar-Ur-Rahman, 1989*) mais aucune étude n'atteste des effets antidiabétiques du jus de noni.

- **Propriétés cardiovasculaires**

Plusieurs études chez l'animal montrent que la racine qui contient des quinones, notamment le damnacanthal, possède un effet hypotenseur (*Youngken, 1960* – *Moorthy et al, 1970*).

La scopolétine, contenue dans le fruit, présente des propriétés diurétiques chez l'animal (*Asahina et al, 1994*). Les phytostérols, comme le bêta-sitostérol présent dans le fruit, sont des molécules bénéfiques pour le système cardiovasculaire, notamment dans la prévention des plaques d'athérome et la baisse du taux sanguin de cholestérol.

- **Propriétés antibactériennes et antivirales**

L'alizarine, l'aspéruloside, l'acubine et les anthraquinones de la racine sont antibactériens actifs sur diverses bactéries (*Pseudomonas pneumoniae, Proteus*

morgaii, *Staphylococcus aureus*, *Bacillus subtilis*, *Escherichia coli*, *Salmonella* et *Shigella*) (Atkinson, 1956).

L'extrait du fruit exerce une activité antibactérienne modérée sur *Ps aeruginosa*, *M pyrogenes*, *E Coli*, plusieurs *Salmonelles* et *Shigelles* (Bushnell et al, 1950). La scopolétine inhibe l'action de *E coli* et *Helicobacter pylori* (Duncan et al, 1998).

Des composés extraits de la feuille de noni possèdent un effet antituberculeux important (89% des *Mycobacterium tuberculosis* tués *in vitro*).

Un composé anthraquinonique isolé de la racine possède une activité anti-HIV *in vitro* (suppression de la cytotoxicité cellulaire sans toutefois inhiber la multiplication des cellules infectées par le virus (Umezawa et al, 1992).

- **Propriétés anthelminthiques**

L'extrait éthanolique des feuilles de noni provoque la paralysie et la mort du nématode *Ascaris Lumbricoides* (Raj, 1975).

- **Propriétés anti-âge**

Une étude clinique a montré que le noni apportait un bénéfice sur la santé mentale et sur les problèmes d'audition (Langford et al, 2002).

L'activité anti-oxydante du noni est indiscutable et protège les individus des effets néfastes des radicaux libres et de la peroxydation lipidique (prévention des maladies cardiovasculaires et des maladies dégénératives) (Bartsch, Nair, 2000).

Conclusion

Des questions restent sans réponse claire : efficacité réelle dans la prévention et le traitement du cancer ? Doses et durée de traitement optimales ? Risques à long terme ? Interactions avec les médicaments ?

Ce bilan très mitigé conduit à recommander un usage prudent du jus de noni d'autant que le marché regorge de préparations artisanales aux dosages incertains.

Un homme de 42 ans a été récemment hospitalisé au CHU de FDF pour plusieurs malaises cardiaques après avoir consommé du jus de noni. L'électrocardiogramme a révélé des troubles de la conduction cardiaque avec bloc auriculo-ventriculaire. Ces troubles cardiaques semblent liés à une consommation excessive de jus de noni et ont fait l'objet d'une déclaration au centre régional de pharmacovigilance.

Méfiez-vous des plantes-miracles qui remplissent les poches de certains : à la dose recommandée de 120 ml par jour, le coût mensuel du jus de noni est de plus de 200 €...

En 1998, la société qui produit le jus de noni a été condamnée par plusieurs procureurs américains (états de Californie, d'Arizona, du New Jersey et du Texas) pour affirmation sans fondement sur les propriétés thérapeutiques du jus de noni.

Plutôt que de consommer exclusivement un produit, privilégiez une alimentation diversifiée riche en végétaux sans oublier les tisanes des plantes du terroir, riches en micronutriments et en anti-oxydants et choisissez des produits biologiques certifiés qui sont de meilleure qualité.