



## RELEVÉ DES ESPÈCES D'ARBRES PLANTÉS

D'après la FAO (Fonds des Nations Unies pour l'Alimentation), l'importance des Plantes forestières non ligneuses (PFNL) extraites des forêts tropicales naturelles n'est plus à démontrer. Les aliments et les fourrages fournis par la forêt naturelle sont particulièrement importants dans les systèmes agricoles soumis aux aléas des saisons, comme compléments nutritionnels et comme aliments de disette, en cas de sécheresse ou autres éventualités néfastes.

Les arbres fruitiers sauvages, en plus de leur usage en nutrition, en médecine traditionnelle, en pharmacopée et en extractions diverses, remplacent de plus en plus les arbres d'ombrages comme les plantations de cacao et de café. Ainsi, connaître la Valeur nutritionnelle des aliments et la composition chimique des plantes économiquement prometteuses sont des informations et préalables indispensables à leur promotion et à leur exploitation.

En 1977, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a décrété l'encouragement et l'intégration de la médecine traditionnelle dans les programmes de santé (Mbita 1999). Les archives des documents de la FAO (1999) sur les données statistiques des produits forestiers non ligneux du Cameroun révèlent ce qui suit :

- 25 espèces forestières entrent dans le traitement du paludisme ;
- 35 dans le traitement des maladies oculaires ;
- 47 sont antihelminthiques ;
- 42 sont antifilariennes ;
- 13 sont anti-amibiennes ;
- 47 entrent dans le traitement des pédiculoses et des dermatoses.

Ci-dessous, nous présentons et décrivons la liste complète des espèces d'arbres dont une vingtaine a déjà été plantée dans la Ferme forestière de Mpasu-Tshishiya. Cette forêt a vu le jour durant l'année 2016 et les travaux y relatifs continuent jusqu'à ce jour, avec l'arrivée continue de nouvelles espèces. Il faut préciser que la plupart de ces espèces proviennent du Jardin Botanique de Kisantu qui fournit les semences à l'ONG ADETRAPE, chaque fois que de besoin.

N°	Nom scientifique	Principales caractéristiques et usages des arbres
01.	<i>Acacia mangium</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- C'est l'une des principales espèces de légumineuses à croissance rapide utilisée pour le reboisement. Elle améliore la fertilité des sols pauvres en jachère. C'est un bois de chauffe de très bonne qualité. Il se régénère naturellement dans les terrains coupés à blanc et dans les champs brûlés ;</li> <li>- Cette essence est utilisée pour l'ébénisterie, la fabrication de meubles, d'outils agricoles, de caisses à voie-claire, de panneaux de particules, de fibres et de copeaux de bois, de briquettes de charbon et de charbon activé, pour la construction de maisons (les encadrements, l'hubriserie, le renforcement de fenêtres, pour une utilisation extérieure, pour les poteaux), de bateaux, le placage, le contreplaqué et pour l'impression et l'encre d'estampage et la fabrication de pâtes à papier. Elle donne du fourrage, résiste au feu et est utilisé comme coupe-feu ;</li> <li>- Elle a comme produits non ligneux le miel et les adhésifs, l'ornementation et l'ombrage le long des routes ;</li> <li>- La sciure de cet arbre donne un substrat de bonne qualité pour la culture des champignons shiitake ;</li> <li>- Ses fleurs sont mellifères (porteuses de miel) et son tanin sert à tanner les cuirs ;</li> <li>- L'Acacia mangium s'hybridise spontanément avec l'Acacia auriculiformis.</li> </ul>
02.	<i>Acacia auriculiformis</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cette espèce est utilisée comme plante ornementale, d'ombrage ou comme bois de feu. Son bois dense et à haute énergie, offre un très bon charbon qui brûle avec peu de fumée et ne produit pas d'étincelles. Elle améliore les propriétés physico-chimiques du sol (capacité de rétention d'eau, matière organique, azote et potassium), à travers la chute de litière. Elle stabilise les terres érodées et fournit des abris sur les plages et les fronts de mer ;</li> <li>- Son bois est excellent dans l'artisanat (articles de tournerie, jouets, pièces d'échecs, manches d'outils et carambole), dans la menuiserie de meubles, dans la construction et dans la fabrication de la pâte à papier ;</li> <li>- Il contient du tanin utile dans le tannage des peaux animales et la gomme, extraite à partir de l'arbre ;</li> <li>- Le feuillage est utilisé comme fourrage, et les fleurs, pour la production de miel ;</li> <li>- L'arbre est utilisé comme analgésique.</li> </ul>
03.	<i>Acosmium panamense</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cet arbre au bois dur, utile pour le reboisement, est aussi employé dans la construction et la fabrication de traverses de chemin de fer. De la famille des légumineuses, il résiste aux incendies de brousse en servant de coupe-feu. Il est bon pour la fixation d'azote et la fertilisation du sol ;</li> <li>- On lui attribue une activité cytotoxique, des effets anti-thermaux et hypoglycémiques. Il est utilisé pour traiter l'Alzheimer et les troubles du système nerveux central ;</li> <li>- Son matériel végétal contient des alkaloides très intéressants ;</li> <li>- L'écorce est employée pour traiter un éventail de maux : syphilis, refroidissement, toux et malaria.</li> </ul>
04.	<i>Afzelia cuanzensis</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Idem que Afzelia bipiindensis</li> </ul>

05.	<i>Afzelia bipindensins</i> (nom commercial : Doussié)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il sert de bois de feu et de charbon de bois. Il donne également un bois d'œuvre d'excellente qualité, utilisé pour la construction de bateaux de plaisance, notamment pour les quilles, les étraves et les panneaux, pour la réalisation de ponts ainsi que pour les agencements intérieurs. Ce bois est prisé pour les menuiseries et les boiseries, intérieures et extérieures, la parqueterie, les huisseries, les cages d'escaliers, la charronnerie, le mobilier, les articles de sport, les étais de mines, les instruments de musique, les traverses de chemin de fer, les outils agricoles, les ustensiles, les manches d'outils, le tournage, les panneaux de fibres et de particules, le plancher de sols et parquet, les bardages, les terrasses, les parois et les plafonds, la construction de bâtiments, les marches d'escaliers, les mobiliers de jardin, les travaux hydrauliques, les fûts pour produits chimiques, les tourneries et sculptures et le placage. Il est souvent préféré à des matériaux tels que les métaux et les produits synthétiques pour les cuves et les équipements de précision utilisés dans l'industrie ;</li> <li>- L'exsudat de l'écorce est administré aux maux d'estomac. On applique l'arille des graines sur les lèvres gercées.</li> </ul>
06.	<i>Afromorsia elata</i> (appelé aussi <i>Pericopsis elata</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plante de la famille des légumineuses, bonne pour la fixation d'azotes et la fertilisation des sols ;</li> <li>- Bois d'œuvre utilisé pour la production du placage tranché, de meubles courants ou éléments, des lambris, du parquet, des articles tournés, du revêtement extérieur, dans l'ébénisterie (meuble de luxe), dans la menuiserie intérieure, escaliers, dans la construction navale (bordées de ponts) et la menuiserie extérieure (charpente). Il est employé sous forme massive ou en placage, dans la décoration et l'ameublement ;</li> <li>- En pharmacopée, la friction des scarifications des pâtes d'écorce a un effet antalgique. Les stilbènes lui confèrent des propriétés anti-oxydantes, antifongiques et antibiotiques.</li> </ul>

07.	<p><i>Albizia chinensis</i> (appelé aussi robinier ou arbre hôte à abeilles)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'Albizia est un arbre dur de la famille des Légumineuses, très léger et presque imputrescible. Indispensable à la biodiversité, il sert à végétaliser les sols pauvres, en les enrichissant en azote. Espèce à surveiller, notamment à cause de son drageonnage intempestif, il doit être planté au milieu d'autres arbres plus imposants, car il ne supporte pas la concurrence, pas plus que l'ombre. Il crée aussi un endroit propice pour l'établissement d'autres espèces de plantes à proximité, en fixant l'azote et en enrichissant les sols d'autres nutriments, grâce aux racines qui vont les chercher plus en profondeur et les remonter à la surface ;</li> <li>- Il est employé dans le reboisement des zones polluées, dans la construction et la fabrication de meubles. Il fournit, suivant les espèces, la gomme arabique, le cachou, des matières colorantes, des parfums, des tables et des autels de l'holocauste ;</li> <li>- Ses grappes de fleurs raffolées par les insectes pollinisateurs, produisent un miel de grande qualité ;</li>   <li>- En préparant une pâte à beignets relativement liquide et en y plongeant les grappes sans y tremper la queue, on obtient de succulents beignets de fleurs.</li> </ul> <p><i>Du point de vue écologique :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ils fournissent de l'ombre aux hommes et aux animaux, en plus de procurer de la nourriture (ses fruits en gousse) aux animaux (chèvres, dromadaires et girafes) ;</li> <li>- C'est un foyer pour plusieurs espèces d'oiseaux.</li> </ul>
08.	<p><i>Adansonia</i> (nom vulgaire : Baobab ou Arbre magique, Arbre pharmacien ou Arbre de vie).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les racines, le tronc, l'écorce, les feuilles, la pulpe et les graines de baobab sont utilisées à des fins thérapeutiques et nutritionnelles (100 g de pulpe contient 75.6% glucides, 2.3% protéines, 0.27% lipides et 300 mg de vitamine C). Il fournit le bois d'œuvre, le bois de feu, l'huile, les noix et la résine. Il contient des fibres et donne le fourrage et les légumes ;</li> <li>- Sa Pulpe, très riche en fibres, en vitamine C, B1, B2, B3 et en calcium, est aussi utilisée comme anti-diarrhéique, anti-dysentérique, fébrifuge ou analgésique ainsi que dans le traitement de la rougeole et la variole. Brûlée, elle sert à fumiger les parasites du bétail domestique. La Pulpe peut être mâchée, avalée, dissoute dans l'eau ou du lait concentré comme boisson rafraichissante et énergétique ;</li> <li>- La Coque du fruit est utilisée comme assiette, plateau, colliers, bracelets ou bagues ;</li> <li>- La Sève du baobab sert à fabriquer la colle ;</li> <li>- Les feuilles de baobab (très riches en fer et calcium : 100 gr de feuilles fraîches = 33 gr de feuilles sèches = 400 à 2.600 mg calcium=besoin journalier d'un homme en calcium) peuvent se manger crues ou bouillies. Séchées, elles sont utilisées comme tisane ou dans la préparation de couscous de mil ;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les graines contiennent 15% d'huile riche en protéines et en acides gras (oléique, linoléique et linolénoïque), utilisée dans l'alimentation humaine et dans la cosmétique. Les graines sont consommées fraîches, grillées ou torréfiées comme le café et contiennent l'adansonine, un alcaloïde utilisé comme contrepoison ;</li> <li>- L'huile extraite des graines de baobab assouplit la peau sèche et les cheveux, élimine les vergetures et soulage les douleurs des brûlures ;</li> <li>- La farine des graines peut contenir jusqu'à 48% de protéines et 2% de vitamines B1 ;</li> <li>- La partie intérieure de l'écorce contient une matière fibreuse utilisée pour la fabrication de cordage et cordes pour instruments de musique, paniers, filets de pêche, fibres pour tissus ;</li> <li>- La poudre de l'écorce du baobab neutralise le poison.</li> </ul>
09.	<i>Agathis damara (appelé aussi Arbre à encens)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le bois d'agathis est léger, solide, sans nœuds et facile à travailler. Il est demandé dans diverses industries et utilisé dans la construction de navires et de maisons, la production de meubles de valeur, de gobans, de guitares, de traverses, de supports et de panneaux, de lambris, des objets artistiques et artisanaux ;</li> <li>- La résine des arbres d'Agathis, agréablement parfumée, entre dans la composition de nombreux produits, tels les laques, le vernis, les peintures, l'encens etc. ;</li> <li>- Il sert aussi à fabriquer des pirogues, des sculptures et des poutres pour les cases.</li> </ul>
10.	<p><u>Agrumes :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Orangers</li> <li>- Mandariniers</li> <li>- Pamplemoussiers</li> <li>- Citronniers</li> </ul>	<p>Ce sont des Fruits généralement riches en vitamine C, ils protègent contre les infections virales et les bactéries, aident à assimiler le fer, et leur action antioxydante permet de lutter contre les radicaux libres, tout en jouant un rôle préventif contre les maladies inflammatoires, certains cancers et les maladies cardiovasculaires. Ces fruits sont pourvoyeurs de minéraux (magnésium, calcium, potassium), de flavonoïdes et caroténoïdes. Ils procurent aussi des fibres indispensables à un bon transit digestif.</p> <p>D'une manière particulière, ils (citrons) stimulent le suc gastrique, facilitent la digestion et l'élimination des toxines tout en équilibrant l'acide-base de l'organisme et permettent aussi de détoxifier le foie. Tandis que les pamplemousses, riches en vitamine E (puissant antioxydant), boostent le système immunitaire tout en prémunissant l'organisme contre les dommages subis par les cellules. Elles procurent également des vitamines du groupe B (B1,2,6 et 9).</p> <p>En phytothérapie, les extraits des fleurs, des feuilles et des fruits d'orange sont utilisés en aromathérapie ; les huiles essentielles distillées à partir des fleurs (huile essentielle de Néroli), des feuilles et des jeunes rameaux (huile essentielle de petit-grain), des écorces des fruits (HE). Ces HE sont digestives et apaisantes, mais elles peuvent provoquer une photo-dermite quand on les applique sur la peau et que l'on s'expose au soleil.</p>

11.	<p><i>Canarium schweinfurthii</i> (appelé aussi Elemier d'Afrique)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cet arbre sert comme ombrage, abri contre les vents et pour la décoration. Le bois de <i>Canarium schweinfurthii</i> est un combustible très calorifique. Bien qu'il sèche lentement et soit parfois affecté par les insectes, il est aussi utilisé comme substitut de l'acajou. Le bois sert à la fabrication des sculptures (statuettes, chaises tradi, tamtams) et ustensiles de cuisine (mortiers, pillons, spatules), la fabrication des feuilles de placage, de contre-plaquéés, de parquets, de meubles, et pour la construction de pirogues, d'auges, de planches et de mortiers. Il est approprié pour la polyculture car n'étant pas en compétition avec d'autres plantes utiles. Pour sa propagation, il faut laisser pourrir les fruits mûrs sur place ;</li> <li>- L'huile contient 71 % d'acide palmitique et 18 % d'acide oléique. L'huile des graines, également comestible, est bouillie pour préparer un beurre végétal ou huile alimentaire, substitut du beurre de karité. Les acides contenus dans les graines sont à 36 % oléiques, 28 % linoléiques, 26 % palmitiques et 7 % stéariques ;</li> <li>- La graine est oléagineuse. La pulpe verdâtre est huileuse et comestible. Elle est consommée crue, après cuisson à l'eau chaude, ou grillée sous la cendre ;</li> <li>- Les graines sont utilisées dans la fabrication des bijoux et des instruments de musique ;</li> <li>- La résine est utilisée comme bougie, torche ou en fumigation pour éloigner les moustiques, car contenant 8 à 20 % d'huile, elle flambe bien et dégage une forte fumée. La résine est aussi utilisée pour la réparation de pots, le colmatage de pirogues et la fixation des pointes de flèches ;</li> <li>- Arbre à encens ou arbres à fruits noirs, c'est une source importante d'énergie, de médicaments et d'aliments.</li> <li>- Toutes les parties de l'arbre (fruits, feuilles, écorce, bois) sont utilisées soit pour se nourrir, se soigner physiquement et spirituellement, se vêtir, se distraire ou se procurer de l'argent.</li> </ul> <p><i>En Pharmacopée :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le bouillon de l'écorce est utilisé contre la dysenterie, la gonorrhée, la toux, les problèmes de l'estomac et d'autres maladies. L'écorce bouillie est utilisée en décoction contre l'hypertension. L'écorce est un médicament contre les parasites gastro-intestinaux, les maladies respiratoires, les hémorroïdes, les intoxications alimentaires, les ictères, la blennorragie et l'hypertension artérielle ;</li> <li>- La résine est appliquée contre les infections vermineuses et parasitiques. Elle a aussi des propriétés émoullientes, diurétiques et stimulantes. La résine fondue est collée au fond de laalebasse pour améliorer la qualité de l'eau potable. Elle est brûlée comme encens et intervient également dans certains rites spirituels. La poudre collectionnée en brûlant la résine est utilisée pour les tatouages ;</li> <li>- Les feuilles bouillies et utilisées en décoction avec d'autres plantes soignent la toux. Mâcher 2-3 feuilles soignent les maux de ventre ;</li> <li>- L'huile extraite des graines grillées et moulues sert pour le traitement des maladies dermatologiques ;</li> <li>- 2 à 3 noyaux grillés et mis dans un verre d'eau à chaud soignent l'angine ;</li> <li>- Les fruits qu'ils sont mélangés à des potions pour le lavement et éloigner les mauvais esprits.</li> </ul>
-----	--	---

12.	<i>Cleistopholis patens</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bois d'œuvre à croissance rapide utilisé pour la production de placages, contreplaqués et panneaux de fibres ou de particules, dans la menuiserie pour les encadrements de portes, les poutres de toiture, les tambours, les flotteurs, les pirogues, le mobilier, articles de sport, caisses, cageots, ustensiles et pâte à papier ;</li> <li>- Bois léger, facile à scier, ne se fend pas facilement au clouage et tient fort les clous. Il sert aussi à la fabrication de papier et est sujet aux attaques des champignons, des termites etc. ;</li> <li>- Des huiles essentielles (HE) sont extraites de ses feuilles, écorces et fruits et sa cendre est un conservateur des aliments. L'écorce fibreuse sert à la fabrication de nattes, paniers, cordages et murs de huttes ;</li> <li>- Les arbres morts en décomposition constituent la nourriture essentielle des chimpanzés qui en extraient le jus en mâchant le bois.</li> </ul> <p>En Pharmacopée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les extraits d'écorce soignent les troubles menstruels et l'administration d'extraits méthanoïques augmente les taux des hormones (progestérone et l'œstrogène) ;</li> <li>- La décoction ou la macération de l'écorce traite les maux d'estomac, la diarrhée, la tuberculose, la gale, la bronchite et l'hépatite ;</li> <li>- L'écorce soigne la fièvre typhoïde, l'écorce de racine est un vermifuge et l'écorce écrasée est utilisée dans les préparations contre le paludisme et la rougeole ;</li> <li>- La pulpe d'écorce est appliquée sur les tuméfactions, les œdèmes, les panaris et, le jus de l'écorce, pour l'instillation nasale en vue de soigner les maux de tête, et en friction, contre le rachitisme des enfants,</li> <li>- L'infusion ou la décoction de feuilles traite l'hépatite, la fièvre, le trypanosome, l'arthrite rhumatismale et les vers ;</li> <li>- Les graines font office de perles. Grillées et broyées, elles traitent les maux de tête.</li> </ul>
13.	<i>Cleistopholis glauca</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il a les mêmes usages que le <i>Cleistopholis patens</i> et, comme lui, il a des activités antimicrobiennes, anthelminthiques et antipaludéennes.</li> </ul>
14.	<i>Chrysophyllum spp</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bois de forêt, de reboisement, bois d'œuvre et de chauffe, il est utilisé aussi dans la construction générale, la menuiserie, la fabrication de mobilier et le tournage. Cette espèce est hermaphrodite (ou auto-fertiles) ;</li> <li>- Il est utilisé pour un usage alimentaire, médicinale, énergétique et comme fourrage. Ses fruits sont comestibles et très appréciés ;</li> <li>- Lougbegnon et al. J. Appl. Biosci. Ethnobotanique quantitative de l'usage de <i>Chrysophyllum albidum</i></li> <li>- G. Don par les populations locales au Bénin</li> <li>- La pulpe du fruit riche contient : 8,8% de protéines, 15,1% de lipides, 68,7 % d'hydrate de carbone, 3,4% de cendre et 4,0 % de fibre brute.</li> </ul>
15.	<i>Dacryodes edulis (nom vulgaire : Safoutier)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- C'est un arbre d'agrément devant et derrière les habitations. Il est aussi un arbre d'ombrage dans les plantations de cacao et de café, où il participe à l'équilibre écologique du milieu. Il est aussi utilisé pour fixer le sol des</li> </ul>

	<p>terrassements des habitats sur les terrains pentus. Il est exploitable en ébénisterie. Il a la même qualité que l'acajou. L'huile de safou peut aider à produire le biocarburant grâce à son potentiel énergétique ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- C'est un arbre fruitier oléifère d'une très grande valeur nutritionnelle. Un fruit contient en moyenne 50% de lipides, 10% de protéines, 27% de fibres et 10% de sucre. Certaines variétés atteignent jusqu'à 70% de teneur en huile. L'huile de safou sert tant à la consommation qu'à l'élaboration de produits cosmétiques ;</li> <li>- La pulpe est consommée soit comme mets à part entière avec du maïs, du manioc ou du pain, soit en dessert, en amuse-gueule, ou en accompagnement avec du poisson ou de la viande ;</li> <li>- La pâte de safou est consommée comme la pulpe fraîche, et sert à tartiner, et est aussi utilisée comme un condiment pour épaissir les sauces au même titre que la pâte d'arachide ;</li> <li>- La pulpe séchée se consomme comme amuse-gueule à l'instar des chips de plantain, des arachides grillées ou caramélisées, des morceaux de noix de coco caramélisés ;</li> <li>- Le tourteau (pâte résiduelle issue de la presse d'huile) contient 13 à 16% de protéines et peut être utilisé comme un aliment pour les poissons et les autres animaux ;</li> <li>- Le miel issu du nectar des fleurs de <i>D. edulis</i> est très apprécié.</li> </ul> <p>En pharmacopée traditionnelle :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cette plante soigne plusieurs maladies : mal de dents, diarrhée, régulation de la production d'un lait maternel abondant et de bonne qualité, brûlures, amaigrissement chronique, zona, hoquet et dysenterie. Son utilisation à des fins curatives se fait à travers les feuilles, les écorces, la sève et les racines ;</li> <li>- Les propriétés psychopharmacologiques de l'HE des fruits de safou s'obtiennent par administration orale ;</li> <li>- L'HE des fruits de safou est bien tolérée et n'entraîne aucune mortalité jusqu'à la dose de 10 ml/kg. Les doses de 1, 2,5 et 5 ml/kg augmentent l'activité motrice spontanée des animaux, antagonisent la catalepsie et le ptosis induits par l'halopéridol. Elle entraîne une diminution non significative de l'immobilité des animaux dans le test de la nage forcée, et semble présenter un même profil d'action que le diazépam à la dose de 10 mg/kg. Cette HE présente une activité analgésique sur le test de la plaque chauffante. Seules les doses de 2,5 et 5 ml/kg réduisent la température rectale des animaux.</li> <li>- L'HE de safou est utilisée comme ingrédient dans la fabrication des produits cosmétiques et dans l'aromathérapie, notamment dans le massage appliqué pour soigner le rhumatisme. Aux doses étudiées, l'HE des fruits de safou présente un profil psychopharmacologique proche des antidépresseurs et des anxiolytiques ;</li> <li>- La résine, les racines, les feuilles et l'écorce intègrent de nombreuses recettes thérapeutiques pour le traitement des plaies, de l'anémie et de la dysenterie, des troubles du tractus digestif, des maux de dents et d'oreilles, et de la lèpre ;</li> <li>- La poudre de l'écorce soigne les plaies d'origine non traumatique. L'écorce, les racines et la résine du safoutier ont une activité antibactérienne efficace.</li> </ul>
--	---

		<p>Valeur nutritionnelle :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La pulpe fraîche de safou contient 59 % d'eau. Séchée, la pulpe donne 25 à 49% d'huile par extraction mécanique et 40 à 65% d'huile par extraction chimique. La pulpe sèche contient 14 à 30% de protéines, 13,5 à 38% d'hydrates de carbone, 18% de fibres, 11% de cendres. La valeur énergétique de 100 g de pulpe de safou est de 444,7 Kcal ;</li> <li>- La graine séchée contient 10 à 50 % d'huile. Cette huile renferme 35 à 65% d'acide palmitique, 16 à 35% d'acide oléique, 14 à 27% d'acide linoléique et 4% d'acide stéarique ;</li> <li>- La teneur en protéines du safou est moins importante que celle de certains oléagineux comme le soja (40 %) ou l'arachide (30%), mais elle est au moins 2 fois plus élevée que celle de céréales, telles que le maïs (10%), le sorgho (11%), le blé (8-11%), le riz (8%).</li> <li>- Un repas composé de safou et de féculents (manioc, macabo, maïs, pain, etc.) constitue une ration équilibrée. Sa composition en acides aminés essentiels est fort semblable à celle de l'œuf de poule ou du lait de vache ;</li> <li>- La teneur en fibres (18%) indique le taux de digestibilité et la facilitation du transit intestinal. 100 g de pulpe déshuilée contient 690 mg de calcium, 450 mg de magnésium, 2.380 mg de potassium, 220 mg de phosphore et 80 mg de sodium ;</li> <li>- L'huile de la graine de safou a des propriétés requises pour être utilisée dans la résine alkyde (liant), la peinture, les vernis pour bois, le graissage de machines et la crème corporelle.</li> </ul>
16.	<i>Entandrophragma (appelé aussi Sapelli)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ces arbres ont un bois d'œuvre de qualité, à forte valeur économique et facile à travailler. Ce bois est proche de l'acajou. L'arbre est planté comme arbre d'alignement, d'ornement et d'ombrage. Il sert à la construction, l'artisanat, la pharmacopée, l'économie de subsistance ou pour le transport fluvial avec la fabrication de pirogues. Ses rebuts servent de bois de feu et pour la production de charbon de bois ;</li> <li>- Le bois est prisé pour la parqueterie, les menuiseries intérieures, les boiseries intérieures, les lambris, les escaliers, le mobilier, l'ébénisterie, les instruments de musique, la sculpture, la construction navale, les placages et le contreplaqué. Il convient pour la construction, la charronnerie, les jouets et les articles de fantaisie, la caisserie et le tournage. Le fût sert depuis toujours à la fabrication de pirogues monoxyles.</li> <li>- Le sapelli porte souvent des chenilles du papillon <i>Imbrasia oyemensis</i> qui mange ses feuilles, un papillon comestible à l'état de chenille, une chenille fortement appréciée par les populations locales qui s'en nourrissent pendant la période de prolifération, en remplacement de la viande et du poisson. Pour 100 g, cette chenille est composée de +/- 55g de protéines, 477 kcal valeur énergétique et +/- 150 mg de sels minéraux : potassium, calcium et phosphore. La récolte des chenilles se déroule entre juillet et août.</li> <li>- L'utilisation de produits forestiers non ligneux par les populations forestières s'oppose à l'abatage et l'exploitation industrielle et est source de potentiels conflits entre exploitants et populations environnantes.</li> </ul> <p>En Pharmacopée :</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les décoctions ou les macérations d'écorce se prennent en cas de bronchite, d'affections pulmonaires, de rhumes, d'œdèmes et comme antalgique ;</li> <li>- La pulpe d'écorce est employée en usage externe sur les furoncles et les plaies ;</li> <li>- Les extraits d'écorce servaient jadis d'agent protecteur du maïs stocké. Les potions à base d'infusion de l'écorce étaient utilisées pour le traitement des affections pulmonaires et pour faciliter l'accouchement difficile chez les femmes ;</li> <li>- Ses graines contiennent un acide gras majeur susceptible d'être utilisé pour la fabrication d'une forme industrielle de plastique ;</li> <li>- Les racines sont utilisées comme anti-venin contre les morsures de serpents ;</li> <li>- Les graines riches en huiles mériteraient des études détaillées sur leurs propriétés, notamment leur toxicité.</li> </ul>
17.	<i>Garcinia Kola (ngadiadia ou petit Kola)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- On distingue des fleurs mâles et des fleurs hermaphrodites. Les fruits sont des baies contenant 2 à 3 graines. Les parties utilisées sont le fruit, l'écorce et le bois. La partie de la pulpe du fruit adhérent à la graine est comestible. Légèrement acides et amères, ses graines sont mâchées et utilisées comme stimulant ou aphrodisiaque ;</li> <li>- Dans l'alimentation, la pulpe du fruit est comestible, la graine ou noix est à croquer tandis que l'écorce et la graine sont un ferment ou adjuvant de sève naturelle.</li> </ul> <p>En Pharmacopée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les graines soignent les maladies de l'ORL, les écorces, les affections buccales, les rameaux, les affections gastro-entérites, les écorces et les graines, les affections gynécologiques et les MST, l'écorce et la graine comme stimulant aphrodisiaque, la graine comme astringent et pour le brassage de bière, la racine pivot sert à fabriquer le pilon et le fût comme matériel de construction ;</li> <li>- Ce cola contient des quinones qui luttent contre le paludisme. C'est un antioxydant et anti-inflammatoire photochimique, contenu dans les graines de Garcinia ;</li> <li>- Chez la femme, il permet de traiter les kystes d'ovaires, le fibrome, salpingite (trompe bouchées) et les règles douloureuses ;</li> <li>- Il traite le rhume de poitrine. Il dilate les canaux alvéolaires et les sacs dans les poumons, et améliore la résistance des fibres dans le tissu pulmonaire, grâce à sa teneur élevée en antioxydants ;</li> <li>- Une augmentation de la pression oculaire peut entraîner un glaucome. De collyres contenant 0,5% d'extrait de Garcinia kola peuvent réduire considérablement la pression oculaire, lorsqu'elle est utilisée 2 fois par jour ;</li> <li>- Le Garcinia Kola est un Coupe-faim naturel important pour des personnes qui veulent perdre du poids ;</li> <li>- Le petit cola est un antibiotique puissant qui pourrait être efficace dans le traitement du VIH et du SIDA, particulièrement dans le traitement des infections opportunistes associées au VIH, en raison de ses propriétés antibactériennes, de détoxification et de nettoyage. Les saponines, un composé contenu dans ce Kola amère, est</li> </ul>

		<p>responsable de son effet nettoyant. Les saponines sont principalement utilisées comme tonique pour le foie, elles améliorent les fonctions du foie et de la vésicule biliaire ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le petit cola peut guérir l'impuissance et la fertilité chez l'homme. C'est un aphrodisiaque qui augmente le désir sexuel et rend l'homme plus performant au lit ;</li> <li>- L'arthrose est la forme la plus courante de l'arthrite caractérisée par la douleur, l'inflammation et le mouvement limité dans les articulations. Les causes de l'arthrose peuvent inclure des lésions articulaires, l'obésité et le vieillissement. Il réduit de manière significative l'inflammation et la douleur, tout en augmentant les mouvements articulaires chez les personnes qui présentent des symptômes d'arthrose.</li> </ul>
18.	<i>Heritiera littoralis</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bois de forêt parfois considéré à tort comme un palétuvier. Il est couramment utilisé en construction générale (ponts, quais, pavages), en construction maritime (poutres, poutrelles, chevrons), pour la fabrication de moyeux, rayons, essieux, leviers, manches de pioche, de haches et autres outils ;</li> <li>- Un extrait de graines est utilisé pour soigner la diarrhée et la dysenterie.</li> </ul>
19.	<i>Hydnocarpus anthelm</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'huile d'amande de fruits soigne la lèpre et la gale, administrée oralement ou en application externe.</li> </ul>
20.	<i>Inga edulis</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- C'est une légumineuse cultivée comme arbre fruitier. Elle donne le bois de chauffe à forte valeur calorifique et faible production de fumée, enrichit les sols pauvres en nutriments en fixant l'azote avec ses nodules racinaires et en augmentant le phosphore dans le sol. Elle est largement utilisée dans l'agroforesterie, plus particulièrement, pour sa culture en couloirs. Elle constitue une alternative à la culture sur brûlis et améliore les sols en raison de sa croissance rapide et sa capacité à améliorer les propriétés du sol ;</li> <li>- Il est un arbre d'ombrage populaire pour le café, le cacao et le thé plantations, du fait qu'il conserve ses feuilles pendant la saison sèche. Le bois est parfois comme biocarburant ;</li> <li>- Sa pulpe succulente qui entoure les graines (moins nutritive que celles-ci), est consommée crue comme une collation sucrée ;</li> <li>- Les feuilles et les graines, avec des calories élevées en protéines, sont utilisées comme fourrage pour le bétail, comme astringent pour les maladies intestinales, et comme un antirhumatisme. Les Boutures servent aussi de fourrage aux animaux ;</li> <li>- La valeur nutritionnelle de 100 g de graines est de 494 kJ (111 kcal), 24g des glucides, 1,6g de fibre alimentaire, 0,7g de graisse et 10,7g de protéines. Elles ont le goût de la crème glacée à la vanille. Ces graines ne sont comestibles que lorsqu'elles sont cuites car elles contiennent des composés toxiques inhibiteurs que seule la cuisson détruit.</li> </ul> <p><i>En Pharmacopée :</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les Décoctions de feuilles, d'écorce ou de racine sont couramment utilisées comme traitements de la diarrhée, l'arthrite et les rhumatismes. Concassées, les feuilles bouillies sont ingérées pour soulager la toux ou appliquées à des plaies à lèvres, éventuellement causées par l'herpès. Plusieurs études la considèrent comme source de polyphénols.</li> </ul>
21.	<i>Inga dulcis</i> (Tamarin de l'Inde, une espèce d'Acacia)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- C'est une espèce utilisée pour faire des haies et pour le reboisement en vue de fournir le bois de chauffe. Un excellent combustible d'où son surnom d'arbre à chauffer les fourneaux. Son bois d'œuvre est résistant, mais souvent tordu et sinueux, produisant beaucoup de pertes au débit. Elle est considérée comme une espèce envahissante, car elle se propage facilement par ses racines traçantes et par ses graines dispersées par les oiseaux et les animaux herbivores qui mangent ses gousses comestibles. Elle améliore les sols car elle fixe l'azote atmosphérique ;</li> <li>- Les feuilles du Tamarin de l'Inde constituent un bon fourrage ;</li> <li>- La pulpe du fruit est consommée crue ou utilisée pour la fabrication de boissons. Le fruit est une gousse spiralée très apprécié par les oiseaux ;</li> <li>- Ses fleurs ordinairement nombreuses sur le sol, constituent un bon engrais azoté.</li> </ul>
22.	<i>Irvingia smithii</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plante à fruits comestibles</li> </ul>
23.	<i>Jatropha curcas</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plante utilisée, grâce à ses boutures, comme haie végétale, pour protéger les habitations et les jardins, border les champs, en vue de barrer la route aux herbivores craignant sa toxicité. Elle permet aussi de consolider les sols, lutter contre l'érosion et de marquer les limites de terrains. Elle sert d'arbre tuteur aux vanilliers ;</li> <li>- Les tourteaux de Jatropha peuvent être utilisés comme engrais organiques pour restaurer les sols dégradés, améliorer la productivité et les rendements de diverses cultures (coton, riz, Jatropha). Ces tourteaux (résidus du pressage des graines pour l'extraction de l'huile), trop toxiques pour les humains et les animaux, servent de charbon pour la cuisson et constituent un engrais organique de valeur, riche en azote ;</li> <li>- Cette plante peut jouer un rôle important dans la conservation et la régénération des sols, son système racinaire est favorable au contrôle de l'érosion hydrique et/ou éolienne grâce à ses nombreuses ramifications latérales. Le Jatropha n'inhibe pas la dynamique du carbone et de l'azote dans les sols, elle améliore même leur qualité en augmentant leur teneur en matière organique ;</li> <li>- L'huile des graines du Jatropha n'est pas comestible, elle contient des composés toxiques. Son usage est réservé à la fabrication de bougies et de savon, d'huile lampante et de combustible pour la cuisine. Elle sert aussi à la fabrication des lubrifiants (de médiocre qualité car ils séchent vite), colorants, peintures ;</li> <li>- Le Jatropha est une alternative à l'énergie des combustibles fossiles, particulièrement polluants, car elle permet de produire, par transestérification du méthanol ou à l'éthanol (transformation d'un alcool en un autre), du biodiesel grâce à l'huile brute qui en est extraite. Moyennant des modifications mineures de moteurs, l'huile pure peut être utilisée pour fournir la force motrice aux moulins, aux motopompes pour l'irrigation et aux groupes</li> </ul>

	<p>électrogènes pour la production d'électricité, aux moulins à grains, aux presses à huile, pompes à eau, aux petits générateurs. Les coques issues du décortiquage des fruits et les tourteaux dérivés de l'extraction de l'huile peuvent être utilisés pour la production respectivement d'énergie thermique et de biogaz ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il contribue à l'intensification écologique et à la résolution du problème vital de la sécurité alimentaire (huile pure, biodiesel pour les machines agricoles). Il pourrait aussi permettre de réduire la déforestation et d'améliorer le bien-être des ménages (énergie pour l'éclairage, la cuisson et les appareils ménagers) ;</li> </ul> <p>En Pharmacopée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toutes les parties de la plante sont toxiques, en particulier les graines pouvant provoquer de graves irritations gastro-intestinales et des intoxications ;</li> <li>- Son latex est réputé pour cicatriser les plaies, pour ses vertus hémostatiques (arrêter les hémorragies) et pour soigner les problèmes de peau. En application externe, il sert à traiter la gale sarcoptique des moutons et des chèvres. Le latex est aussi réputé pour ses vertus hémostatiques et pour soigner les problèmes de peau. En application externe, il sert à traiter les plaies infectées, les ulcères, la teigne, l'eczéma et les dermatomycoses. Il a des effets styptiques et on l'utilise pour soulager les douleurs et les piqûres d'abeilles et de guêpes ;</li> <li>- Sa décoction (préparation des substances végétales) soigne les maux de nerfs et leur cataplasme (pansements épais appliqués sur les blessures infectées) traiterait les furoncles, les rhumatismes et la lèpre ;</li> <li>- Bien que toxiques, les graines sont souvent utilisées comme purgatif/laxatif ;</li> <li>- L'huile extraite des graines est utilisée en obstétrique (par massage) après un chauffage préalable. Elle est aussi utilisée dans le traitement des maux d'articulation et de maux des membres ;</li> <li>- Séchée et réduite en poudre, l'écorce de racine s'applique en cataplasmes, et en usage interne, elle sert à expulser les vers et traiter la jaunisse. Les feuilles s'appliquent aussi sur les plaies. En décoction, elles s'utilisent contre la malaria et l'hypertension ;</li> <li>- Les graines riches en huile et l'huile des graines sont utilisées pour leurs vertus purgatives et pour expulser les parasites intestinaux, malgré la puissante irritation des voies gastro-intestinales, voire les empoisonnements, que provoque souvent leur emploi ;</li> <li>- En usage interne et externe, l'huile a des vertus abortives, et en usage externe, elle traite les rhumatismes et toutes sortes d'infections dermatologiques, malgré les irritations qu'elle peut provoquer sur la peau. L'huile entre dans la composition de revitalisants capillaires ;</li> <li>- Ses feuilles sont utilisées pour traiter diverses maladies parmi lesquelles la toux. Les feuilles et l'écorce sont tout aussi purgatives ;</li> <li>- En usage externe, le jus des feuilles s'emploie pour traiter les hémorroïdes. Un extrait à l'eau bouillante des feuilles est prise oralement pour faire monter le lait chez les femmes (galactagogue) qui allaitent ;</li> <li>- Les tiges crues servent de bâtonnets à mâcher pour renforcer les gencives, pour traiter les saignements, les gencives spongieuses ou les abcès. La décoction de racines est un remède contre la diarrhée et la gonorrhée ;</li> <li>- La décoction de feuilles et de racines traite le paludisme ;</li> </ul>
--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jatropha curcas sert dans la préparation de poison de flèche. L'écorce est utilisée pour fabriquer un poison pour la pêche. Les graines provoquent souvent des empoisonnements accidentels, chez les animaux comme chez les humains ;</li> <li>- Le jus des feuilles produit un colorant noir ou une encre indélébile, l'écorce, un colorant bleu foncé, mais délétible ;</li> <li>- La cendre des racines et des rameaux sert de sel de cuisson et de bain de teinture ;</li> <li>- Contre la candidose buccale, plaie ou brûlure superficielle, il est recommandé de casser la base de la feuille au niveau de son attache à la tige et laisser suinter le latex. Appliquer 2-4 gouttes du latex directement sur la zone affectée 2-4 fois par jour ;</li> <li>- Contre la démangeaison, il suffit de préparer une décoction avec 30 grammes de feuilles fraîches avec ou sans tige dans 4 tasses (1 litre) d'eau, bouillir pendant 5 minutes dans un récipient couvert et baigner la zone affectée 2 ou 3 fois par jour. Toute préparation médicinale doit être conservée au froid et utilisée dans les 24 heures ;</li> <li>- Contre la conjonctivite : préparer une décoction avec 30 grammes de feuilles dans 4 tasses (1 litre) d'eau, bouillir pendant 5 minutes dans un récipient couvert, laisser refroidir, filtrer la préparation avec un linge avant de faire un lavage oculaire toutes les 2-4 heures.</li> </ul>
24.	<i>Millettia laurentii</i> (appelé aussi Wenge)	- Arbre de la famille des légumineuses des forêts tropicales d'Afrique fournissant un bois d'œuvre très sombre, dur et résistant, utilisé notamment pour la fabrication des parquets, en ameublement et en ébénisterie.
25.	<i>Myroxylon balsamum</i> (appelé baume du Pérou)	<p>- Ce bois est utilisé pour la menuiserie, le mobilier, la tournerie et les boiseries intérieures. Il appartient à la famille des légumineuses.</p> <p>En Pharmacopée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'oléorésine extraite de cette plante est un baume utilisé en médecine, en parfumerie et en alimentation. Ce baume, grâce à ses propriétés antiseptiques et anti-inflammatoires, est idéal pour le traitement de l'eczéma et des plaies. Mais, il ne doit pas être utilisé chez l'enfant, ni sur de longues périodes ;</li> <li>- En aromathérapie, le baume du Pérou est considéré comme stimulant. Favorisant un sommeil réparateur, il est également efficace en cas de nervosité, de stress et de déséquilibres internes ;</li> <li>- Le baume de Tolu est fabriqué à partir de la résine du baumier du Pérou. Il stimule la peau et a des propriétés antiseptiques : il est adapté pour le traitement de l'eczéma et de petites blessures, mais également pour le soin de la peau mature, sèche et gercée ;</li> <li>- En aromathérapie, le tolu est considéré comme apaisant : il soulage l'agressivité, les tensions nerveuses, la nervosité et l'irritabilité.</li> </ul>
26.	<i>Maesopsis eminii</i> (bois du pin d'Alep)	- C'est un arbre à fût, utilisé dans la fabrication de palettes et de granulés pour des fins énergétiques. Malgré les propriétés physiques et mécaniques acceptables du bois, ses usages sont limités, à cause de la présence

		<p>récurrente de certains défauts physiques : nœuds, mauvaise forme du fût, faible durabilité naturelle, poches de résine ;</p> <p>- Son Ecorce aide à faire les parois de huttes. Les fragments d'écorce trempés dans l'eau donne est purgatif.</p>
27.	<i>Monodora angolensis</i>	- Etudes en cours
28.	<i>Podocarpus melanianus</i>	- Arbres d'ornement dans les parcs et jardins des climats doux, ils peuvent aussi être formés en haies, espaliers (rangée d'arbres fruitiers) ou écrans.
29.	<i>Pueraria javanica</i>	- Bois de couverture
30.	<i>Paramacrolobium</i>	<p>- C'est une légumineuse dont le bois sert à une quantité d'usages allant de la construction lourde, y compris les travaux hydrauliques, aux parquets à usage intensif, à la menuiserie, aux étais de mines, à la construction navale, à la charronnerie, aux traverses de chemin de fer, au mobilier à usage intérieur et extérieur, à l'ébénisterie, aux articles de sports, aux instruments de musique, aux caisses et aux cageots, aux ustensiles agricoles, aux manches d'outils, aux cuves de produits chimiques, aux bardeaux, à la sculpture, au tournage, aux placages et au contreplaqué. On s'en sert également de bois de feu et de charbon de bois ;</p> <p>En Pharmacopée (préparation de médicaments) :</p> <p>- L'écorce broyée est appliquée sur les affections cutanées, notamment les furoncles et les abcès, prise en cas d'épilepsie, prescrite contre les palpitations et utilisée en lavement contre l'hépatite ;</p> <p>- La décoction d'écorce dans le bain ou en bain de vapeur sert à traiter la bronchite, les rhumatismes, la fièvre et le paludisme.</p> <p>- Des extraits aqueux et au chloroforme de l'écorce ont mis en lumière une activité antibactérienne in vitro contre plusieurs bactéries à l'origine d'infections bucco-dentaires. Les extraits contenaient des tanins, des stéroïdes, des saponines et des alcaloïdes ;</p> <p>- Les ramilles (petites branches ou rameaux) font office de bâtonnets à mâcher et le colorant jaune obtenu à partir des racines sert à la décoration corporelle ;</p> <p>- Les singes et les perroquets se nourrissent des graines et les racines forment des mycorhizes. Les fleurs produisent de grandes quantités de nectars et attirent les primates (chimpanzés), les oiseaux et les insectes.</p>
31.	<i>Pentaclethra eetveldeana</i> (Arbre hôte à chenille)	- C'est une plante légumineuse dont le bois s'utilise couramment comme bois de feu et charbon de bois. Ce bois est aussi utilisé en construction et pour fabriquer des ustensiles (par ex. pilons et mortiers). Il convient également à la parqueterie, aux boiseries intérieures, à la menuiserie, aux meubles, à l'ébénisterie, aux jouets et articles de fantaisie, aux étais de mines, à la carrosserie, aux traverses de chemin de fer, en tournerie, en plaquage, au contreplaqué, aux panneaux de fibres et aux panneaux de particules.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les gousses ligneuses se tiennent dressées au-dessus de la canopée et s'ouvrent de façon explosive à maturité. Cependant, certains singes sont capables de briser la paroi dure de la gousse pour manger les graines immatures qu'elle renferme ;</li> <li>- Le feuillage sert de nourriture aux chenilles comestibles, les abeilles butinent le nectar des fleurs. Les racines produisent des nodules contenant des bactéries fixatrices d'azote. La base du fût est souvent sérieusement déformée par les éléphants, qui s'en nourrissent ;</li> <li>- Cette plante est dotée d'une huile comestible extraite des graines.</li> </ul> <p>En Pharmacopée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La décoction de feuilles se prend pour traiter les maux d'estomac et les rhumes ;</li> <li>- L'écorce de racine est un traitement contre le paludisme, l'épilepsie et les hémorroïdes. La décoction d'écorce est administrée pour traiter les troubles respiratoires, la tuberculose, les problèmes génito-urinaires et comme vermifuge.</li> <li>- L'extrait d'écorce a une activité antifongique. Et la sève d'écorce en collyre sert à traiter la filariose ;</li> <li>- En usage externe, elle est utilisée contre les rhumatismes ;</li> <li>- Certaines monoglycérides et conjugués d'acides gras et de triterpènes ont été isolés de l'écorce de racine.</li> </ul>
32.	<p><i>Ricinodendron heudelotii</i> (appelé aussi Djansang)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- C'est un arbre oléagineux des forêts tropicales qui produit des graines végétales riches en matière grasse dont on extrait l'huile. Cet arbre est ombrageux avec des chenilles comestibles, des champignons qui poussent sur le tronc, et surtout ses graines à forte valeur calorifique. Les feuilles sont utilisées comme matériau d'emballage et comme paillis. L'arbre est planté comme arbre d'agrément, en haie vive et pour lutter contre l'érosion ;</li> <li>- Le bois est utilisé en petite menuiserie pour fabriquer les ustensiles de cuisines ou des instruments de musique. Les noix de Ricinodendron heudelotii servent de sonnette lorsqu'elles sont contenues dans des gourdes à percussions ;</li> <li>- Les parties utilisées sont les fruits, les graines l'écorce et le bois ;</li> <li>- Les amandes de Djansang contiennent des lipides, des protéines et du calcium. Elles sont utilisées comme des épices pour assaisonner les sauces. Ces amandes sont utilisées dans la cuisine comme épaississant des soupes et ragoûts et comme arôme à cause de leur goût très prononcé.</li> <li>- Les graines sont oléagineuses. Séchées ou réduites en pâte, elles constituent un ingrédient pour les sauces. Elles sont parfois utilisées comme pâte à la place de l'arachide. En cuisine, ses graines sont d'abord écrasées ou broyées avant d'être incorporées dans diverses préparations chaudes notamment les sauces, bouillon de poisson ou viande. Une pâte obtenue à partir des amandes séchées et pilées aide à faire des bouillies préparées en période de disette ou pour épaissir les soupes et les ragoûts ;</li> <li>- Les fruits ne sont pas consommés par l'homme, mais par les animaux.</li> <li>- Les feuilles servent d'aliment aux chèvres et moutons en saison sèche. Les feuilles riches en protéines sont consommées comme légume cuit avec du poisson séché.</li> </ul>

		<p>En Pharmacopée :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'écorce améliore le lait maternel et soigne l'anémie. C'est un antidote (antipoison) et un contraceptif. Elle soigne aussi les douleurs abdominales chez les femmes en menstruation et la stérilité ;</li> <li>- L'écorce des racines et du tronc est employée en décoction ou lotion pour soigner la constipation, la toux, la dysenterie, les rhumatismes, le rachitisme chez les enfants, l'œdème, l'éléphantiasis, les mycoses, la blennorragie ou gonococcie ou chaude-pisse, les menstruations douloureuses et pour prévenir l'avortement, calmer les douleurs de la grossesse, guérir la stérilité féminine, donner de la vigueur aux nouveau-nés prématurés, faire mûrir les abcès, furoncles et bubons. La décoction de l'écorce soigne la blennorragie ;</li> <li>- Les feuilles et le latex ont une action purgative, la sève (latex) soigne les filaires. Les feuilles sont également employées pour traiter la dysenterie, la stérilité féminine, l'œdème et les maux d'estomac.</li> <li>- Les graines et le latex sont employés pour traiter la blennorragie et la gastro-entérite ou diarrhée ;</li> <li>- Les racines traitent la constipation et la diarrhée et sont aphrodisiaques ;</li> <li>- Le jus est instillé dans l'eau contre les filaires et l'ophtalmie, et les décoctions de feuilles sont employées comme fébrifuge pour faire tomber la fièvre ;</li> <li>- L'arbre est planté pour attirer des chenilles comestibles (<i>Imbrasia epimethea</i>), et on en récolte plusieurs autres chenilles comestibles.</li> </ul> <p>En cosmétique :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'amende de Ricinodendron heudelotii, à cause de sa forte teneur en huile, est utilisée dans les usines de fabrication de savon et de vernis.</li> </ul>
33.	<i>Senna spectabilis</i> (appelé aussi <i>African boxwood</i> ou <i>bois de caisserie africain</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cette plante légumineuse de la famille des acacias, a un bois est blanc-jaune, de texture fine, approprié pour l'industrie papetière et de fabrication des meubles. C'est un excellent bois de chauffe apprécié pour sa carbonisation. Le bois est utilisé comme combustible ou pour les clôtures et la fabrication de petits outils.</li> <li>- Ses graines mangées crues ou grillées, sont très recherchées et appréciées. On peut aussi les ramollir et les ajouter dans les soupes comme la patte d'arachide ;</li> </ul> <p>En Pharmacopée, c'est un laxatif, analgésique, anti-inflammatoire et purgatif.</p>
34.	<i>Symphonia globulifera</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ce bois sert dans la menuiserie et l'ébénisterie optimale (tranchage pour certaines grumes, menuiserie, charpente, tonnellerie, ossature traditionnelle, fabrication de pirogues) ;</li> <li>- Le latex sert à confectionner des pains de cire utilisés pour renforcer les ligatures de flèche ou pour étanchéifier des poteries.</li> </ul>
35.	<i>Tamarin</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le tamarin est un arbre tropical à ombre, du fait de sa haute taille. Il procure aussi des fruits en gousses qui renferment une pulpe. C'est un fruit exotique, gustatif et médicinal. Riche en antioxydants, il est doté des</li> </ul>

		<p>propriétés antiseptiques, expectorantes et facilite le transit intestinal. Il est utilisé sous forme brute, en sirop, en jus, en pâte de fruit, en confiture etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il renferme de nombreux nutriments : des vitamines (A, B1, B2, PP et C, des minéraux (sélénium, potassium, calcium, fer, zinc et cuivre). Sa pulpe contient des fibres alimentaires, sous forme de polysaccharides (hémicelluloses, mucilage, pectines, gommages) et de tanins. Ses propriétés expectorantes l'indiquent également en cas de toux sèche et d'asthme.</li> <li>- En tisane ou décoction, le tamarin est utilisé en phytothérapie pour lutter contre des maux très divers. Ses feuilles, son écorce ou ses racines peuvent également être employées.</li> <li>- Au niveau digestif, le fruit du tamarin est utilisé en cas de troubles digestifs. Il stimule l'excrétion de bile et exerce des effets laxatifs, grâce à sa richesse en fibres, à l'acide tartrique et au potassium qu'il contient. Il constitue ainsi un remède efficace en cas de constipation. Il est employé pour lutter contre les parasites intestinaux, particulièrement l'amibiase. La présence de fibres solubles dans la pulpe permet également d'éliminer une partie du mauvais cholestérol.</li> <li>- Le jus de ce fruit est réputé pour aider à lutter contre les nausées qui accompagnent la grossesse et aider les futures mamans de se soulager des vomissements et de retrouver l'appétit.</li> <li>- La pulpe de tamarin sert de laxatif doux et efficace. Elle a une action bénéfique contre la dysenterie, les parasites et les troubles intestinaux divers (ballonnements, flatulences etc.).</li> <li>- En outre, elle serait bonne pour le foie et les reins en activant le flux de la bile vers les intestins, et serait un remède aussi des troubles du système urinaire. Les brûlures d'estomac seraient de même calmées par le tamarin.</li> <li>- La pulpe de tamarin peut servir à concocter des confitures, des sorbets et des boissons rafraichissantes.</li> <li>- Sur le plan antiseptique, le tamarin exerce un effet désinfectant, et peut ainsi être utilisé en cas d'infection urinaire, pour soigner les plaies au niveau de la peau ou différentes dermatoses ou pour enrayer les conjonctivites ou contre les maux de la bouche : aphtes, gingivite etc.</li> <li>- Chez les bébés en période de poussée dentaire, le tamarin soulage les gencives douloureuses. Il peut contribuer à enrayer la bronchite, car il favorise l'évacuation des mucus qui encombrent les voies respiratoires et soulage également les maux de gorge éventuellement associés.</li> <li>- La pâte de tamarin est élaborée à partir de la pulpe, des nervures, des graines concassées auxquelles on ajoute un sirop de sucre bouillant. Après filtration, on obtient une pâte par chauffage.</li> <li>- Les feuilles sont cuisinées comme légumes au goût acidulé, en Asie du Sud-Est. En cuisine, cette épice parfume les plats et les sauces. Le jus de tamarin peut servir à assaisonner des salades.</li> </ul>
36.	<i>Trachylob verrucosum</i>	- Plante légumineuse à fleurs
37.	<i>Tola</i>	- Plante de la famille de légumineuse avec un bois d'œuvre ;

38.	<p><i>Uapaca guineensis</i> (appelé aussi le Palétuvier d'eau douce)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Une espèce bonne pour la régénération forestière et la stabilisation des berges de rivières. Elle a un bois dur, durable et moyennement lourd, qui est un excellent combustible. Elle est porteuse de champignons ;</li> <li>- Ses fruits sont consommés par les chauves-souris, singes, chimpanzés, gorilles. Plusieurs coléoptères se nourrissent de ses feuilles, bourgeons et bois ;</li> </ul> <p><i>En Pharmacopée :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- la pulpe est comestible et sucrée ;</li> <li>- l'écorce est employée en lavement comme vomitif, en lotion avec du sel contre les affections de la peau ou comme teinture des filets de pêche ;</li> <li>- ses racines sont aphrodisiaques.</li> </ul>
39.	<p><i>Vitex doniana</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Résistant aux termites, ce bois est apprécié pour la construction de maisons, de cuves, de meubles, de tabourets, la sculpture, les manches d'outils, les crosses de fusil, les bols, les cuillères, les tambours, les guitares et les ruches. Il convient aussi pour la construction légère, la parqueterie légère, la menuiserie (pirogues, tambours, petits objets), les boiseries intérieures, la construction navale, la charronnerie, les instruments agricoles, les jouets, les articles de fantaisie, la caisserie, les allumettes, les placages, le contreplaqué, les panneaux durs, les panneaux de particules, la laine de bois et la pâte à papier. Il sert de bois de feu et pour la production de charbon de bois en tant que combustible. Cet arbre contribue à l'amélioration de la fertilité du sol par la production de litière et sert d'ombrage ornemental ;</li> <li>- L'extrait noirâtre obtenu en faisant bouillir les feuilles, l'écorce, les racines ou les fruits sert d'encre et de colorant pour les vêtements. Les fleurs sont source de nectar pour les abeilles ;</li> <li>- L'huile des graines a un indice d'iode élevé et un indice de saponification bas. Elle peut être utilisée dans la préparation de résine, de peinture et de crèmes pour la peau. Les graines séchées produisent +/- 30% d'huile. Les graines à l'intérieur du noyau sont également comestibles, et fournissent une boisson sucrée ;</li> <li>- Cuites, les jeunes feuilles se mangent en légume ou en sauce. Le bétail broute le feuillage ;</li> <li>- La pulpe des fruits, noirâtre, est comestible et sucrée, et se mange crue ou en confiture ;</li> <li>- On obtient une boisson avec le jus de fruits, et un alcool fort ainsi qu'un vin (par fermentation contrôlée ou spontanée), à partir des fruits bouillis. Les boissons alcoolisées sont additionnées d'infusions de feuilles pour en renforcer le goût.</li> </ul> <p><i>En Pharmacopée :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les fruits, les feuilles, le bois, l'écorce et les racines sont les parties de la plante les plus utilisées ;</li> <li>- Les jeunes feuilles de Vitex sont utilisées comme tisane pour faciliter la digestion et pour le traitement de l'anémie, de la dysenterie et des règles douloureuses ;</li> <li>- Le jus des feuilles sert de collyre pour traiter la conjonctivite et d'autres affections oculaires ;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- En externe, la décoction de feuilles sert de galactagogue et contre les maux de tête, la frigidité, la rougeole, les éruptions cutanées, la fièvre, la varicelle et l'hémiplégie, et par voie interne de tonique, d'antalgique et de fébrifuge, et pour traiter les maladies respiratoires ;</li><li>- Les pâtes à base de feuilles et d'écorce broyées sont appliquées sur les plaies et les brûlures ;</li><li>- La décoction de racines est administrée par voie orale contre l'ankylostomiase, le rachitisme, les affections gastro-intestinales et la jaunisse, et comme antalgique ;</li><li>- L'écorce réduite en poudre et additionnée d'eau permet de soigner les coliques. Un extrait d'écorce soulage les maux d'estomac et les affections du rein. L'écorce soigne également la lèpre et les maladies de foie, et permet de contenir les saignements après l'accouchement ;</li><li>- Les fruits, secs et frais, sont consommés en cas de diarrhée, et pour lutter contre les carences en vitamine A et B. Les ramilles servent de bâtons à mâcher pour nettoyer les dents ;</li><li>- La confiture de <i>Vitex doniana</i> est préférée pour sa consistance et sa capacité d'étalement. Les fruits sont une bonne source de K et de Fe. Le sirop obtenu à partir de la pulpe de fruits peut remplacer d'autres sirops en tant qu'édulcorant nutritif ;</li><li>- Plusieurs levures et champignons mycotoxigènes, isolés sur des fruits abîmés, pourraient avoir des effets indésirables sur le bétail ;</li><li>- La consommation de fruits en grandes quantités entraîne une réduction passagère des fonctions de reproduction chez les femelles babouins, en raison probablement de la présence de composés progestatifs dans les fruits ;</li><li>- L'administration, par voie orale et par intraveineuse, d'un extrait aqueux d'écorce de la tige a provoqué un effet hypotenseur dose-dépendant chez des rats à la fois normotendus et hypertendus. Les résultats des essais effectués sur des rats semblent indiquer qu'un extrait aqueux d'écorce de la tige est hépato-protecteur. L'extrait aqueux de bâtons à mâcher de <i>Vitex doniana</i> a mis en évidence une forte activité contre un large spectre de bactéries, notamment des bactéries intervenant en médecine et en dentisterie, bien que les extraits de bâtons à mâcher aient des effets plus larges et en général plus puissants. Cela vient étayer l'usage traditionnel qui est fait de ces bâtons à mâcher et leurs effets anti-carie.</li><li>- Grâce aux essais effectués avec des extraits à l'eau chaude de l'écorce sur des préparations de lambeaux musculaires utérins, on a pu conclure que l'utilisation de l'écorce pour enrayer les hémorragies post-partum était peut-être justifiée ;</li><li>- L'usage de <i>Vitex doniana</i> comme anti-diarrhéique a été corroboré par des essais avec des extraits aqueux au méthanol de l'écorce de la tige sur un jéjunum de lapin isolé et perfusé et sur une diarrhée de souris provoquée par l'huile de ricin ;</li><li>- Des extraits d'écorce de la tige ont pu limiter la croissance des isolats cliniques, ce qui laisse supposer qu'ils pourraient être utiles dans le traitement de la dysenterie et autres infections gastro-entériques ;</li><li>- C'est une espèce protégée dans les jachères, souvent plantée comme arbre fruitier près des habitations. Les jeunes feuilles sont utilisées comme légumes en cuisine et servent de fourrage pour les animaux. La pulpe contenue dans</li></ul>
--	---

		<p>le fruit est consommée fraîche, cuite ou grillée. Elle est farineuse et sucrée. Crue, elle sert à fabriquer des boissons après macération dans l'eau ;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Les fruits, les feuilles et les racines ont des propriétés antiseptiques et vulnérables. Le fruit est un antiseptique utilisé dans le traitement de la diarrhée, des coliques, de la variole, de la varicelle, de l'asthénie, des épilepsies, de la paralysie et les amibiases ;</li><li>- Les racines bouillies soignent les maux de dents, les feuilles mâchées soignent les blessures. Ces feuilles macérées dans de l'eau soignent les conjonctivites purulentes et sont données en bain ou en boisson aux femmes qui viennent d'accoucher ;</li><li>- L'écorce du tronc en décoction avec les feuilles et les racines traite l'ictère, les douleurs abdominales, la lèpre, les diarrhées infantiles. Les écorces et les racines peuvent être utilisées comme colorants en teinture.</li><li>- Le bois, résistant aux termites, est utilisé comme matériau de construction et en menuiserie (pirogues, tambours etc.). Il est aussi utilisé comme combustible et sert à la fabrication des objets d'art légers ;</li><li>- Le fruit en maturité est sucré, c'est une source importante en vitamines A et B. Les jeunes feuilles peuvent être utilisées comme tisane ;</li><li>- Le bois est utilisé comme bois de chauffage et pour la carbonisation. Les feuilles, les gousses, les semences et racines contiennent un pigment et ont des propriétés thérapeutiques qu'on utilise pour le traitement de la diarrhée et de la dysenterie. Le fruit est utilisé pour soigner l'anémie, la jaunisse, la lèpre et la dysenterie ;</li><li>- Le tronc de cette espèce est utilisé dans la construction des cabanes et les planches comme bois de chauffage dans les milieux villageois. L'infusion des feuilles et des racines traite la toux ;</li><li>- Cette plante est également appréciée par les chenilles comestibles appelées Misengo (<i>Imbra-saia anthina</i>).</li></ul>
--	--	--