

Les fiches techniques du Conservatoire botanique national DES PYRÉNÉES ET DE MIDI-PYRÉNÉES

PRÉSERVATION

Arnica des montagnes : conserver un patrimoine naturel et valoriser une ressource végétale sauvage

Plante sauvage de montagne, *Arnica montana* a des propriétés médicinales qui font d'elle un grand classique des pharmacies familiales. Qui n'a pas entendu parler de ses effets contre les bleus, les bosses, les courbatures, les tendinites et les traumatismes les plus divers ? Aujourd'hui, les préparations maison ont souvent cédé la place aux granules, huiles et autres crèmes des laboratoires pharmaceutiques ou cosmétiques. L'arnica est devenue une matière première recherchée et une ressource sous tension. Des enjeux de conservation apparaissent. Avec ses partenaires institutionnels et les cueilleurs professionnels, le Conservatoire botanique se mobilise pour veiller au maintien de ce patrimoine naturel.



Préserver
la flore sauvage
des Pyrénées
et de Midi-Pyrénées



L'Arnica des montagnes

(*Arnica montana* L.)

L'arnica est une Astéracée vivace dont la tige, épaisse et couverte de petits poils, se dresse jusqu'à 60 cm au-dessus d'une rosette basale.

Elle porte un large capitule jaune safrané au sommet et parfois plusieurs autres – jusqu'à 7 avons-nous pu observer – à l'extrémité de rameaux latéraux. Il arrive qu'ils soient parasités par *Tephritis arnicae*, petite mouche dont les larves se nourrissent des fleurs.

Ses feuilles, entières, ovales, à nervures longitudinales sail-lantes au-dessous, n'ont pas de pétiole et se concentrent sur le bas de la tige. En revanche, une paire ou deux de petites feuilles opposées et sessiles en marquent le milieu. Sous terre, son rhizome assez court et légèrement traçant se prolonge par de fines racines blanches.

L'arnica peut se reproduire de façon végétative ou sexuée selon les contextes et en fonction de l'altitude.

La plante, dont la pollinisation est assurée par les insectes, fleurit pour la première fois deux à trois ans après la germination, de juin à début août selon les massifs. En serre, il arrive qu'elle fleurisse dès la première année.

Les fruits, des akènes surmontés d'une aigrette soyeuse, nécessitent des conditions de germination particulières : un milieu ouvert et une exposition au froid, par exemple. La propagation végétative de l'espèce s'opère à partir du rhizome qui donne naissance à des bourgeons qui produiront les parties aériennes de la plante à la belle saison.

A. montana ou atlantica ?

Pour *Arnica montana*, l'Inventaire national du patrimoine naturel (INPN) considère deux sous-espèces : *Arnica montana* L. subsp. *montana* et *Arnica montana* subsp. *atlantica* A. Bolòs.

Certains auteurs ne voient d'ailleurs là que des variations morphologiques dues à leur habitat ; seules des études génétiques poussées permettraient de trancher.

Dans les Pyrénées, elles sont toutes les deux présentes mais diffèrent par leur répartition altitudinale et leur habitat.



› *Arnica montana*, partie aérienne de la plante.

© E. Labye/Communauté de communes Pyrénées audoises

La sous-espèce *atlantica* se rencontre dans des landes à fougères et ajoncs, à la faveur d'influences océaniques plus marquées, jusqu'à une altitude de 500 m environ, notamment dans les Pyrénées-Atlantiques.

Écologie, habitat et répartition

Plante endémique de l'Europe, l'arnica se répartit de la Norvège aux Balkans et du Portugal à l'Ukraine.

En France, *Arnica montana* est surtout présente entre 1 100 et 2 500 m, mais peut aussi se retrouver très ponctuellement en plaine, comme dans le bassin parisien.

Dans les Pyrénées, elle prospère habituellement dans les pelouses acides de montagne, les landes à rhododendrons et myrtilles, sur des sols pauvres.

Inféodée aux milieux acides (pH < 5), l'arnica est particulièrement vulnérable à toute modification apportée à son habitat. Le surpâturage, les intrants azotés, le chaulage, la pollution atmosphérique, comptent parmi les facteurs qui impactent négativement les populations d'arnica.

En revanche, le maintien d'espaces ouverts sur de grandes surfaces ou en mosaïque lui est favorable.



© G. Corriol/CBNPMP

Gare à la confusion

Son port, sa couleur safranée et son odeur caractéristique n'empêchent pas l'arnica d'être confondue avec d'autres Astéracées jaunes.

Les confusions les plus fréquentes concernent les doronics et quelques séneçons comme celui des Pyrénées (ci-contre à gauche) ou encore le Séneçon doronic (à droite). Contrairement à l'arnica, ces espèces ont toutes des feuilles alternes réparties tout au long de la tige.

Certaines de ces espèces, et d'autres morphologiquement beaucoup plus éloignées, ont pu être cueillies et préparées de la même façon que l'arnica en médecine populaire. Dans les Pyrénées, « arnica » est même devenu un terme générique désignant les macérations de plantes « contre les coups ».



© F. Laignéau/CBNPMP

Cueillette de l'arnica dans les Pyrénées

Aujourd'hui très prisée par l'industrie pharmaceutique, l'arnica compte parmi les plantes sauvages médicinales majeures de la pharmacopée familiale traditionnelle de montagne.

Préparée en macération dans l'alcool, et quelques plus rares fois dans l'huile, on lui reconnaît de nombreuses propriétés. Dans les Pyrénées, elle s'utilisait essentiellement contre les coups, les hématomes mais aussi les entorses ou parfois même les rhumatismes. En friction, on disait qu'elle stimulait la circulation du sang.

En 1890, Pierrine Gaston-Sacaze, berger botaniste de la vallée d'Ossau, rapporte que ses feuilles séchées étaient fumées comme du tabac, d'où son nom local de *tabacaira*. Dans les hautes vallées, les habitants allaient eux-même la cueillir alors que le berger, revenant de la montagne, était chargé d'en rapporter pour ceux du piémont qui envoyaient leurs bêtes en estive.

La cueillette commerciale de l'arnica, elle, est attestée dans les Pyrénées depuis la fin du XIX^e siècle, alimentant dès lors un marché national mais plus encore local car on préférait la transformer encore fraîche.

Les pharmaciens des stations thermales la proposaient en alcoolatures aux curistes et les guides en emportaient dans leur trousse de secours lorsqu'il menaient touristes et pyrénéistes à l'assaut des sommets.

Aujourd'hui, peu de producteurs en proposent en vente directe sur les étals des marchés pyrénéens. Pourtant, il existe, dans le massif, quelques belles stations qui suscitent l'intérêt de cueilleurs qui fournissent l'industrie. Leur cueillette, qui se compte en centaines de kilos, approvisionne essentiellement des laboratoires cosmétiques et phytopharmaceutiques.



› Entièrement manuelle, la cueillette de l'arnica requiert endurance et gestes adaptés. © R. Garreta/CBNPMP



› Quand on cueille, une pellicule grasseuse et toxique se dépose sur les mains ; ne pas se frotter les yeux sous peine de ressentir d'intenses brûlures pendant plusieurs minutes ! © R. Garreta/CBNPMP

Une fenêtre de cueillette restreinte

La demande des entreprises transformatrices concerne principalement deux cueillettes : celle des capitules le plus souvent livrés secs pour la cosmétique, et celle de la plante entière (hampe florale, rosette basale, un bout de rhizome prolongé de fines racines) livrée en frais pour les teintures-mères homéopathiques.

C'est la maturité des fleurs qui sonne le début de la saison de cueillette dès la mi-juin et jusqu'à mi-juillet selon les conditions météorologiques de l'année et les caractéristiques géographiques du site.

À partir de là, le temps est compté ; le stade idéal de floraison ne dure que trois à une dizaine de jours.

À cette temporalité réduite s'ajoute la nécessité de considérer que la plante continue de mûrir après cueillette et qu'elle « s'échauffe » très rapidement si elle n'est pas stockée au frais.

Préconisations de cueillette

- ✦ Avoir l'accord écrit du propriétaire et/ou un contrat d'exploitation ;
- ✦ Ne prélever que sur des sites denses présentant plus de 5 pieds fleuris au m² ;
- ✦ N'effectuer qu'un seul passage par site et par année ;
- ✦ Limiter le prélèvement à 50 % de la ressource mûre (uniquement les plantes en pleine floraison) ;
- ✦ Répartir la cueillette de façon homogène ;
- ✦ Laisser le site ou le secteur de cueillette au repos tous les 4 ans.

Vers un plan de gestion concertée : conserver un patrimoine végétal sauvage

L'accroissement de la demande en arnica entraîne des pressions sur la ressource, avec pour conséquence l'apparition d'enjeux de conservation pour les populations sauvages. Depuis plusieurs années, cette situation suscite une prise de conscience des acteurs de la cueillette et des gestionnaires de milieux naturels à l'échelle nationale. Le Conservatoire botanique s'implique dans cette dynamique, expérimentant divers outils en vue de la mise en place de plans de gestion en faveur de la préservation de cette ressource.

Au niveau d'un site, le changement de pratiques pastorales peut avoir une incidence primordiale sur les populations d'arnica. Il est donc nécessaire d'envisager de réunir les différents usagers pour mieux prendre en compte les orientations et volontés de chacun.

l'espèce après observation de sa présence sur le terrain, en s'appuyant sur des repères visuels, cartographiques, cadastraux. L'objectif est de diviser cette aire de présence en petits secteurs de densité homogène pour une meilleure estimation de la ressource en arnica et, le cas échéant, pour organiser de futurs plans de récolte.

Définir la densité des populations

Évaluer un taux de recouvrement, c'est-à-dire la surface occupée par l'arnica dans un secteur considéré, permet d'apprécier la densité d'une population et donc d'y proportionner les prélèvements.

Ce taux est estimé visuellement, à l'aide d'une grille de correspondance, puis reportée sur la carte. Cette densité permet de distinguer des secteurs exploitables ou non.



> (a) Relevé du nombre de pieds d'arnica à l'aide d'un quadrat.

> (b) Mesures pour suivi de population. © B. Morisson /CBNPMP

> (c) Exemple de carte d'isodensité mettant en évidence l'abondance de populations végétales. © CNBPMP

Établir un registre de cueillettes

À l'échelle d'une commune ou d'un site, ce registre est le socle de tout plan de gestion. Grâce aux archives, il passe en revue l'historique des récoltes passées, puis il est complété lors de chaque nouvelle année de cueillette.

Diverses informations y sont consignées : date de la récolte, localisation précise, quantité récoltée, nom du récoltant, propriétaire du site, etc.

Ce document garde la mémoire des cueillettes passées et fait référence pour celles à venir.

Cartographier les aires de présences

Essentielle à la mise en place d'une gestion responsable, cette étape permet de localiser les populations d'arnica sur les sites et donc la ressource potentielle.

Elle consiste à délimiter, sur une carte, la répartition de

Caractériser la population et estimer la ressource potentielle

La quantité de pieds fleuris mature, un jour donné, se mesure grâce à une méthode d'échantillonnage par répétition de quadrats. Tous les individus récoltables ou non (sans fleur, en boutons ou fanés) y sont dénombrés, puis les résultats sont extrapolés pour calculer la ressource potentielle d'un secteur.

Planifier les récoltes

L'ensemble des informations recueillies permet de déterminer divers indicateurs, dont la part de renouvellement de population et la part exploitable, ainsi que des préconisations de secteurs à récolter.

Ce diagnostic peut donner lieu à une planification cartographique et pluriannuelle de secteurs à collecter.

Une zone témoin, non cueillie, peut être conservée pour étalonner une variation éventuelle des données en fonction des conditions météorologiques de l'année.





› L'arnica, une ressource précieuse.

© CBNPMP

Mais où est donc Arnica ?

Depuis une trentaine d'années, c'est sur la station touristique du Markstein, dans les Vosges, qu'était récolté 90 % de la production sauvage française en arnica. Ces dernières années, la cueillette y a été quasiment inexistante. Pour répondre à la demande des industriels et des consommateurs, les cueilleurs professionnels ont investi d'autres sites, en particulier dans les Pyrénées.

L'exemple vosgien alerte sur l'urgence de réunir tous les acteurs autour de la question de la préservation des milieux, des habitats et de la ressource...

L'exemple du Markstein

Les prairies de chaume dans le Parc naturel régional des Ballons des Vosges, sont considérées comme LE site d'arnica en France, tant en termes d'abondance que de fréquentation. Depuis les années 2000, il a fait l'objet d'une gestion concertée entre communes propriétaires, exploitants agricoles, gestionnaires du Parc, laboratoires utilisateurs et, bien sûr, cueilleurs.

La cueillette y est soumise à autorisation, ouverte à un nombre limité d'intervenants, avec des quotas de prélèvement fixés chaque année au regard de l'abondance estimée de la ressource.

Salué à juste titre comme novateur, le système mis en place n'en connaît pas moins, aujourd'hui, certaines limites. Jusqu'alors, ce site de 120 hectares fournissait jusqu'à 8 tonnes de plantes fraîches d'arnica, prélevées pour l'année, en seulement quelques jours.

Depuis 2018, pris dans un faisceau de facteurs, l'arnica n'est pas au rendez-vous.

Les recherches associées à la gestion de l'arnica ont mis en évidence que si la pression de cueillette avait une incidence sur l'abondance de la ressource, la fermeture des milieux, les modifications des pratiques agricoles perturbatrices de son habitat et les modifications climatiques, sont autant de facteurs qui participent à son déclin.

Fleur convoitée, espèce vulnérable, ressource sous pression

À l'heure actuelle, il est difficile de connaître précisément ce que représente le marché de l'arnica.

Ce que l'on sait, en revanche, c'est que la demande n'a cessé de croître depuis la fin du XX^e siècle et, qu'au début des années 2000, on estimait à 250 tonnes les prélèvements de capitules frais en Europe.

Ce sont très majoritairement des cueillettes effectuées en Espagne, en France et en Roumanie qui approvisionnent ce marché international. Or, il faut garder à l'esprit qu'aujourd'hui, *Arnica montana* est une plante menacée dans plusieurs pays européens et inscrite comme vulnérable sur plusieurs listes rouges nationales.

Au niveau mondial, l'Union internationale pour la conservation de la nature (UICN) attire l'attention sur une population globalement décroissante et un déclin continu de la superficie et de la qualité de son habitat.

En France, pour l'heure, c'est moins l'espèce que la ressource qui est unanimement reconnue comme en danger. Dans cette notion de ressource, le récoltant envisage la part de la population exploitable aujourd'hui et demain en termes de matériel végétal, de logistique et de commercialisation, le tout dans une perspective de rentabilité.

Dans le contexte actuel d'érosion de la biodiversité et de diminution alarmante des populations d'arnica, une réglementation spécifique devrait pouvoir encadrer son exploitation en milieu naturel, et *a minima*, dans l'intérêt de tous, une gestion concertée doit être mise en place afin d'assurer la préservation de ce patrimoine naturel et établir un approvisionnement cohérent et durable pour les différents acteurs de la filière.

Enfin, bien qu'elle rencontre encore un certain nombre de difficultés à lever, la mise en culture de l'arnica peut compter parmi les solutions à mettre en œuvre pour diversifier les sources d'approvisionnement.

Un point sur la réglementation

Les stations d'arnica sont très souvent situées dans des habitats d'intérêt communautaire pour lesquels il existe des obligations de conservation. Inscrite à l'Annexe V de la directive européenne Habitats Faune-Flore, l'espèce est susceptible de faire l'objet de mesures de gestion dans les zones Natura 2000.

Arnica montana est protégée en Nouvelle-Aquitaine, en Bourgogne et en région Centre. Sa cueillette y est interdite.

L'arnica peut faire l'objet d'une réglementation préfectorale permanente ou temporaire (arrêté du 13 octobre 1989). Les arrêtés préfectoraux interdisent la récolte ou en précisent les modalités (calendrier, territoire, taux de prélèvement ou quantités autorisés, outillage, etc.).

Enfin, toute cueillette nécessite l'autorisation du propriétaire du terrain sur lequel on veut pratiquer la récolte (article 547 du Code civil).

PyCuP : En Pyrénées, des pratiques responsables pour les cueillettes professionnelles

Dans le prolongement de ses travaux sur les cueillettes commerciales, le Conservatoire botanique national des Pyrénées et de Midi-Pyrénées s'est engagé de 2019 à 2021 dans le projet PyCuP : *En Pyrénées, des pratiques responsables pour les Cueillettes Professionnelles. Vers un approvisionnement durable et responsable de la filière PAM*. Il fait un focus particulier sur la Gentiane jaune (*Gentiana lutea*), l'Arnica des montagnes (*Arnica montana*) et l'Ail des ours (*Allium ursinum*).

Plus largement, PyCuP vise à accompagner les acteurs du territoire dans leur réflexion et leurs efforts de régulation des pratiques de cueillette pour une valorisation durable de la flore et des ressources végétales sauvages pyrénéennes. Cela répond à de fortes attentes :

- des collectivités qui perçoivent un revenu de ces cueillettes et sont responsables des chantiers contractualisés avec les récoltants ;
- des gestionnaires d'espaces pour lesquels la thématique est souvent nouvelle et qui doivent néanmoins organiser la gestion durable et concertée des espaces dont ils ont la charge ;
- des services de l'État qui, devant certains conflits et devant les intérêts en jeu, doivent penser une réglementation pertinente ;
- des professionnels eux-mêmes qui ont tout intérêt à être associés à la réflexion et aux démarches qui concernent la ressource qui leur permet d'exercer leur activité professionnelle.

Le projet PyCuP concerne ainsi la globalité d'une filière en devenir dans les Pyrénées et permet également de sensibiliser le public utilisateur de ces ressources. L'équipe pluridisciplinaire du Conservatoire, alliant des compétences en sciences sociales et en sciences naturelles, apporte sur ces questions la richesse d'une vue d'ensemble.

Ils soutiennent le projet PyCuP :



Soutenu par
Ministère de la transition écologique
Direction des affaires culturelles Occitanie
Fonds national d'aménagement et de développement du territoire (FNADT) – Massif des Pyrénées



> Cueillette d'Arnica des montagnes.

© R. Garreta/CBNPMP

Association française des professionnels de la cueillette de plantes sauvages (AFC)



Créé en 2011, ce collectif associatif fédère de façon inédite des professionnels de la cueillette de plantes sauvages, pour représenter et promouvoir le métier.

À travers la diffusion de sa charte nationale de cueillette, la rédaction d'un guide de bonnes pratiques et de livrets techniques dont un consacré à l'arnica, l'AFC s'engage pour une cueillette durable et respectueuse.

En savoir plus en ligne : cueillettes-pro.org.

Aller plus loin...

- AFC, 2020, *Livret technique de cueillette. L'arnica, Arnica montana L.*, 44 p.
- BOUILLÉ R. DE, 1875, De la botanique pharmaceutique dans les Pyrénées, *Bull. Soc. Sci. Lettres et Arts Pau*, 4 (2) : 176-197.
- ESOPE, 2016, *Evaluation de l'impact de la cueillette et des pratiques agricoles*, Rapport final du bureau, 130 p.
- MAURICE T. & al, 2012, Habitat characteristics, stage structure and reproduction of colline and montane populations of the threatened species *Arnica montana*, *Plant Ecology*, 213 (5) : 831-842.
- MORISSON B., 2013, *La cueillette des plantes sauvages en Pyrénées. Phase 2 : analyse et valorisation. La cueillette de l'Arnica des montagnes en Pyrénées*, Rapport, Conservatoire botanique national des Pyrénées et Midi-Pyrénées, 40 p.
- GARRETA R., LAVABRE M. & MORISSON B., 2017, *Dires et gestes de cueilleurs. Une enquête ethnographique auprès de cueilleurs professionnels. Trois cueillettes : Arnica, Thé d'Aubrac et Gentiane jaune*, Conservatoire botanique national des Pyrénées et Midi-Pyrénées, Petit objet multimédia en ligne (<https://cbnmpmp.fr/gestes-et-dires-de-cueilleurs>), 21'47.

En ligne, d'autres productions du Conservatoire botanique sur la thématique : cbnmpmp.fr/cueillette-plante-sauvage.

Référence à citer : R. Garreta, B. Morisson, M. Rumeau, 2021, *Arnica des montagnes : conserver un patrimoine naturel et valoriser une ressource végétale sauvage*, Conservatoire botanique national des Pyrénées et de Midi-Pyrénées, Fiche technique n° 19, 6 p.

Fiche technique réalisée, dans le cadre du programme opérationnel interrégional POI FEDER Massif des Pyrénées, par B. Morisson, responsable du Pôle Ethnologie, R. Garreta, ethnologue et M. Rumeau, chargée de conservation, avec les contributions de C. Bergès, botaniste, J. Cambecède, responsable du Pôle Conservation & Restauration écologique, F. Prud'Homme, chargé de mission Habitats naturels | Relecture : G. Largier, directeur | Graphisme : J. Lucas, chargée de communication.



Conservatoire botanique national DES PYRÉNÉES ET DE MIDI-PYRÉNÉES

Vallon de Salut - BP 70315 - 65203 Bagnères-de-Bigorre Cedex
Tél. : 05 62 95 85 30 - contact@cbnmpmp.fr

www.cbnmpmp.fr