



Actée à grappe noire et ménopause

Etude

Fernandes E.S. et al., Effectiveness of the short-term use of Cimicifuga racemosa in the endothelial function of postmenopausal women : a double-blind, randomized, controlled trial. Climacteric 2020, 23(3) : 245-251.

Résumé

L'actée à grappes noires a des effets bénéfiques, chez des femmes ménopausées, sur le fonctionnement de l'endothélium.

L'actée à grappes noires (*Actaea racemosa*), plante originaire d'Amérique du Nord, est utilisée pour traiter différents problèmes gynécologiques. Elle aurait une action similaire à celle des œstrogènes, inhiberait l'hormone lutéinisante et se lierait aux récepteurs à œstrogènes. Son action modulatrice des œstrogènes est cependant controversée, et d'autres recherches sont nécessaires pour élucider son mécanisme d'action, notamment sur les bouffées de chaleur. Différentes préparations à base d'actée à grappes noires sont utilisées avec succès pour soulager certains symptômes de la ménopause.

Par ailleurs, après le début de la ménopause, le risque cardiovasculaire est deux à six fois plus élevé que chez des femmes non ménopausées. La plupart des incidents cardiovasculaires et accidents thromboemboliques qui en découlent évoluent à partir d'altérations athérosclérotiques des principaux vaisseaux sanguins. Celles-ci sont dues à une augmentation du cholestérol-LDL et d'un dysfonctionnement de l'endothélium qui s'accompagnent d'une réduction de l'activité de l'oxyde nitrique et d'une tendance vers un état inflammatoire vasculaire.

L'actée à grappes noires contient également des principes actifs susceptibles d'exercer des effets bénéfiques sur le système cardiovasculaire. Elle pourrait ainsi augmenter les concentrations de cholestérol-HDL et abaisser celles du cholestérol-LDL. Elle semble également avoir des effets hypotenseurs et agir sur les paramètres de variabilité de la pression sanguine.

Une étude a évalué, chez des femmes ménopausées présentant des symptômes climactériques, les effets de la prise d'Actée à grappes noires sur le fonctionnement endothélial. Soixante-deux femmes ménopausées ont été incluses dans cette étude randomisée, en double aveugle et contrôlée contre placebo. Elles ont été réparties de façon aléatoire en deux groupes et ont pris quotidiennement pendant 28 jours 160 mg d'un extrait d'actée à grappes noires ou un placebo. L'extrait était standardisé à 2, 5 % de glycosides triterpéniques. Avant le début de la supplémentation et à la fin, la dilatation par le flux de l'artère brachiale a été mesurée.

Les résultats montrent chez les femmes ayant pris l'extrait d'actée à grappes noires mais pas chez celles sous placebo, une augmentation de la dilatation induite par le flux. Ils suggèrent que l'actée à grappes noires a une influence bénéfique sur le fonctionnement endothélial et qu'elle favorise l'élasticité de l'artère brachiale.