

LE MELON

Cucumis melo

Le melon fait partie de la famille des cucurbitacées. C'est une plante herbacée annuelle à longues tiges, rampantes et parfois grimpantes, selon la variété. Il est originaire d'Afrique. Le fruit est une fausse baie volumineuse.

- **Composition biochimique :**

Le melon est une excellente source de vitamines A, E et C, de potassium et d'acide folique. Le melon est riche en antioxydants, particulièrement en Super Oxyde Dismutase (SOD) et aussi en glutathion peroxydase et catalase. Il contient du Co-Enzyme Q10, de l'acide lipoïque, du glutathion et du sélénium en quantité importante.

- **Capacités antioxydantes et anti-inflammatoires :**

La SOD est, à la fois, antioxydante et anti-inflammatoire. Elle est capable d'induire la production d'IL-10 par les macrophages qui sont anti-inflammatoires et de réduire la production du TNF alpha.

En 2004, une étude de Vouldoukis et de son équipe démontre que la SOD du melon renforce les défenses antioxydantes endogènes de la cellule et la protège de la mort engendrée par le stress oxydant.

Asml & al, en 2019, ont utilisé un concentré de pulpe de melon comme complément alimentaire pour des porcelets. Après le sevrage, les porcelets présentent fréquemment une insuffisance du système antioxydant et des défenses immunitaires faibles. Cela provoque un ralentissement de la croissance et a des implications négatives sur leur santé. Après un mois de consommation de concentré de melon, le groupe de porcelets ayant reçu le melon, voit ses performances de croissance améliorées, tout comme la demi-vie des globules rouges et les réserves totales en antioxydants. Ces modifications ne sont pas observées dans le groupe témoin.

- **En cancérologie :**

Une inflammation chronique induit une production de ROS qui peut induire d'autres pathologies comme le cancer. Les cellules cancéreuses provoquent une diminution de l'activité de la SOD.

C'est pourquoi, il est utile de compléter les patients en melons lors de cancers. Des souris atteintes de fibrosarcome, complémentées en SOD, présentent une diminution du stress oxydant au sein du tissu cancéreux, une augmentation de la concentration en SOD, ce qui peut être corrélé avec une diminution du processus de métastases (ROMAO, 2014).

- **En infectiologie :**

Une étude de Webb & al en 2008 s'est intéressée à l'utilisation du melon chez les chats atteints du virus de l'immunodéficience féline (FIV). Ils ont mis en évidence une augmentation du taux de SOD, ainsi qu'une augmentation significative du ratio CD4+/ CD8+ sans évolution de la charge virale.

- **En cardiologie :**

Chez les rats hypertendus, l'utilisation de concentré de pulpe de melons permet d'inhiber les conséquences néfastes de l'hypertension sur le cœur.

Le melon présente un effet anti-hypertrophique et antifibrotique. Cela s'explique à la fois, grâce au renforcement des défenses antioxydantes et grâce au rétablissement des modes d'action de la relaxine et du peptide natriurétique (CARILLON & al, 2016).

Lors d'hypertension chronique, après 4 jours d'administration de melons, on note une diminution de la taille des cardiomyocytes, les dépôts de collagènes ont complètement disparu et il y a un renforcement des défenses antioxydantes endogènes.

Docteur Vétérinaire
Estelle LHOEST

DEA en Nutrition |
DU en Phytothérapie et Aromathérapie

