

# gelée royale - proposition de contrat

Notre ami amapien, **Jérôme Dewancker**, est également apiculteur et vend entre autre son miel sur le marché de Saint Pée sur Nivelle. Nous avons donc deux apiculteurs sur l'Amap mais Jérôme est lui un spécialiste de la **gelée royale**. Je vous met ici, ci-dessous, le dossier qui concerne donc son projet, notamment pour l'AMAP, ainsi que sa fermoscopie et la présentation du produit et pour finir un extrait d'article sur la gelée royale.

-----

## Présentation

### Ferme LARREZABALETA

**Jérôme Dewancker** - Apiculteur à St Pée Sur Nivelle depuis 2020. **Conversion bio en cours.**

Membre du **GPGR** (Groupement de Producteur de Gelée Royale).

2024 ,première année de production de Gelée Royale.

## Conditionnement, posologie

Cure d'un mois avant l'hiver, et éventuellement une autre cure en sortie d'hiver.

Prendre une cuillère doseuse (environ 1g) au réveil, à jeun et attendre 15, 20 mn avant de s'alimenter, et ne pas interrompre les prises journalières jusqu'à finir les pots.

Conditionnement en pilulier de 10g avec cuillère doseuse fournie.

1 cure = 30g

A conserver au frais.

### **Tarifs**

25€ les 10g.

70€ les 30g.

## Extrait d'un article sur les vertus et bienfaits de la gelée royale

"Quels sont les bienfaits de la Gelée royale ?

Les bienfaits de la Gelée royale pour l'Homme s'appliquent aux domaines de la santé, du bien-

# gelée royale - proposition de contrat

être et de la beauté. Il s'agit en effet d'une source importante de vitamines, d'oligo-éléments, d'acides aminés et d'acides gras, en particulier de 10-HDA. C'est d'ailleurs à ce principe actif que le Lait d'abeille devrait la majeure partie de ses propriétés ! Cela étant, les vertus de la Gelée royale n'ont fait l'objet que de peu d'études cliniques. Peau, cheveux, diabète, cancer, hypertension... Beaucoup d'allégations reposent sur des conclusions scientifiques trop chiches pour être reconnues. Sans que l'on puisse donc la qualifier de panacée, cette précieuse substance n'en semble pas moins digne d'intérêt.

## Origine des bienfaits de la Gelée royale

La Gelée royale est une substance sécrétée par des abeilles « nourrices ». Surnommée « Lait d'abeille », elle assure la croissance des insectes du couvain, y compris ceux de la cellule royale. Il s'agit donc d'un des produits de la ruche les plus intéressants en termes de valeur nutritionnelle.

Mais la Gelée royale est avant tout le mets de prédilection de la reine des abeilles. Cette dernière s'en nourrit tout au long de sa vie. Ce privilège lui vaut des caractéristiques physiques hors norme, mais également une fertilité exceptionnelle. Elle peut pondre jusqu'à 2000 œufs par jour, ce qui lui permet d'assurer la survie de l'essaim à elle seule.

Pour certains apiculteurs, les bienfaits de la Gelée royale seraient aussi à l'origine de l'exceptionnelle durée de vie de la reine. Elle pourrait en effet vivre jusqu'à 5 ans, contre 5 semaines pour une ouvrière.

## Les nombreuses vertus de la Gelée royale

Riche et complexe, la composition de la Gelée royale lui vaut une grande variété d'applications quotidiennes chez l'Homme. Elle se démarque tout particulièrement pour sa forte teneur en vitamines du groupe B (surtout B5). Elle renferme également un acide gras qui lui est propre et que vous ne trouverez nulle part ailleurs dans la nature : l'acide 10-hydroxy-2-décénoïque (10-HDA). Ces particularités sont à l'origine de la plupart des bienfaits empiriques associés à sa consommation.

## Les vitamines de la Gelée royale

B1 (thiamine), B2 (riboflavine), B3 (PP), B5 (acide pantothénique), B6 (pyridoxine), B8 (vitamine H), B9 (acide folique), B12 (cobalamine). Les vitamines du groupe B sont toutes présentes dans la composition du Lait d'abeille. La plupart d'entre elles (B2, B3, B8) sont nécessaires au

# gelée royale - proposition de contrat

métabolisme des glucides, protéines, lipides et acides aminés. Les vitamines B1 et B12 sont également impliquées dans le bon fonctionnement du système nerveux. La vitamine B5, quant à elle, participe à tout le métabolisme ainsi qu'à la synthèse d'hormones et de neurotransmetteurs.

Vitamine C (acide ascorbique). Elle joue un rôle de premier plan dans la défense immunitaire de l'organisme.

Vitamine E (tocophérol). Il s'agit d'un puissant antioxydant, c'est-à-dire d'une substance capable de briser les réactions en chaîne des radicaux libres. Elle protège ainsi nos cellules du vieillissement accéléré.

Le cas de l'acide 10-hydroxy-2-décénoïque (10-HDA)

L'acide 10-hydroxy-2-décénoïque (ou 10-HDA) est un principe actif qui n'est présent que dans la Gelée royale. Sa concentration est élevée, puisqu'il représente entre 2 et 5 % de sa masse.

Autrefois, on appelait le 10-HDA « facteur R » (pour « facteur de rajeunissement »). De fait, on lui prête une rare capacité à freiner le vieillissement de l'organisme. Plusieurs hypothèses évoquent également des propriétés antitumorales et immunomodulatrices. En beauté, il présenterait un intérêt dans la synthèse de collagène et la régulation de la mélanogenèse (production de pigment mélanine).

Généralement, c'est cet actif que les chercheurs étudient lorsqu'ils s'intéressent aux vertus de la Gelée royale. Néanmoins, la recherche s'accorde aujourd'hui à supposer que ce sont tous les composants bioactifs de la Gelée royale qui justifient ses diverses applications beauté et bien-être.

Les autres composants caractéristiques du Lait d'abeille

Royalisine (ou défensine). Ce peptide contient notamment des gammaglobulines, des acides aminés essentiels au bon fonctionnement du système immunitaire. Il présente une activité antibactérienne à large spectre (bactéries Gram négatives et positives).

Royalactine (protéine 57-kDa). Cette protéine serait responsable de la croissance fulgurante de la reine des abeilles. Elle agirait sur la prolifération des cellules et augmenterait la fécondité de

# gelée royale - proposition de contrat

la reine en activant une enzyme spécifique : la kinase S6.

Asparagine. Cet acide aminé est présent à hauteur d'1/5 de la fraction peptidique de la Gelée royale. Bien que non essentiel à l'organisme, il est souvent recommandé aux sportifs pour améliorer la résistance physique du corps.

Acétylcholine. Chaque gramme de Gelée royale en contient environ 1 milligramme. Ce composant est un neurotransmetteur. Il intervient dans le système nerveux central et périphérique.

Quels sont les bienfaits de la Gelée royale sur la santé ?

## Gelée royale et immunité

Plusieurs études menées sur les animaux semblent confirmer les propriétés immunomodulantes de la Gelée royale. C'est le cas d'une recherche de 2023, qui a conclu que ses protéines constitutives amélioreraient l'immunité des souris en enrichissant leur microbiote intestinal. Une étude plus ancienne de 2016 avait également conclu que l'administration de Gelée royale entraînait une augmentation de la production d'anticorps chez un groupe de cailles du Japon.

Le saviez-vous ? En raison de leurs prétendus bienfaits pour l'immunité, les cures de Gelée royale sont souvent conseillées pour améliorer la résistance de l'organisme lors des changements de saison.

## Gelée royale et diabète de type 2

Une publication scientifique de 2016 avance que la Gelée royale pourrait avoir des effets positifs sur la glycémie des individus diabétiques (type 2). Les patients testés avaient ingéré 1000 mg de gelée trois fois par jour pendant 8 semaines. Une autre étude va jusqu'à comparer ses bienfaits à ceux de l'insuline. Toutefois, d'autres études n'ont perçu aucune amélioration notable. Les résultats sont donc encore trop isolés pour permettre de conclure à une utilisation légitime en diabétologie.

## Gelée royale et hypertension

# gelée royale - proposition de contrat

L'activité hypotensive de la Gelée royale a, elle aussi, fait l'objet de quelques investigations. Ce sont surtout ses peptides et l'acétylcholine qui ont été étudiés lors de tests in vitro ou sur les animaux. Les résultats montrent que la Gelée royale pourrait diminuer la pression artérielle. Si elle se confirmait, cette propriété de la Gelée royale pourrait être intéressante dans la prévention des maladies cardiaques. Dans le doute, elle est déconseillée avec des antihypertenseurs (risque d'hypotension).

Autres effets potentiels suggérés

Amélioration des symptômes de la ménopause (activité oestrogénique).

Effets hépatoprotecteurs (protection du foie) et néphroprotecteurs (protection des reins).

Accompagnement à la prise en charge de certains ulcères.

Soutien de la vigueur sexuelle et de la fertilité.

Lutte contre la fatigue et les états dépressifs.

Prévention anticholestérolémique (diminution du taux de cholestérol).

Amélioration des fonctions cognitives (effets neuroprotecteurs).

Quels sont les bienfaits de la Gelée royale sur le visage et la peau ?

Propriétés cicatrisantes

En dermatologie, le Lait d'abeille est étudié pour ses vertus cicatrisantes. Des communications scientifiques récentes ont conclu que sa composition encourageait la migration cellulaire impliquée dans la cicatrisation des lésions cutanées. Elle pourrait donc être bénéfique pour faire disparaître les plaies plus rapidement. Toutefois, ces recherches se cantonnaient à des modèles animaux et à des tests in vitro sur des cellules humaines. Des approfondissements sont donc encore nécessaires.

Propriétés hydratantes

# gelée royale - proposition de contrat

En cosmétique, la Gelée royale est traditionnellement utilisée comme agent hydratant dans les crèmes de beauté. Elle permet de préserver un taux d'humidité optimal au niveau des couches supérieures de l'épiderme. De fait, elle aiderait à conserver une peau à l'aspect sain et pulpeux. Cette propriété découle de sa forte concentration en protéines et en sucres. Ces deux types de composants « piègent » l'eau et limitent par conséquent les pertes insensibles par évaporation.

## Propriétés antioxydantes

Étudiée pour ses effets sur la sénescence des cellules, la Gelée royale posséderait en outre des propriétés antioxydantes. Concrètement, cela signifie qu'elle limite les dommages (notamment visibles) induits par les radicaux libres. Elle jouerait donc un rôle dans la prévention du vieillissement cutané accéléré. Elle pourrait aussi contribuer à soutenir la synthèse de collagène, une protéine fibreuse qui sert de « fondations » à la structure de la peau. Ce bienfait serait imputable au 10-HDA.

Quelles sont les propriétés de la Gelée royale pour les cheveux ?

## Fortifiant capillaire

La Gelée royale renferme de nombreuses substances essentielles à la beauté des cheveux, comme les acides aminés. Elle pourrait notamment soutenir la production naturelle de kératine, la protéine majoritaire du cheveu. Ce faisant, elle rendrait les cheveux plus forts, plus souples et plus brillants. Source de substances antioxydantes, elle protégerait aussi la fibre capillaire des agressions extérieures. Elle pourrait donc être utile pour prévenir la casse, la déshydratation et le ternissement des cheveux.

## Croissance des cheveux

Parmi les vertus de la Gelée royale pour les cheveux, certains spécialistes évoquent ses effets sur la croissance capillaire. Appliquée sur le cuir chevelu, elle serait par exemple capable de stimuler l'activité des follicules pileux. En parallèle, sa richesse en vitamine B8 (biotine) et vitamine B5 en fait un actif intéressant dans la prévention des chutes de cheveux excessives. Elle est donc susceptible d'être utile dans les cas d'alopécie ou de chute de cheveux post-partum, par exemple.

# gelée royale - proposition de contrat

Les bienfaits de la Gelée royale pure. Elle est non diluée et mise en pot tout de suite après récolte. Sa fraîcheur garantit une biodisponibilité optimale. Elle est toutefois très périssable et doit être conservée avec précaution (à moins de 5 °C, dans un récipient hermétique).

Les bienfaits des gélules de Gelée royale. Contrairement à la gelée fraîche, elles permettent de profiter de toutes ses propriétés sans passer par la prise sublinguale. Elles sont donc tout indiquées pour ceux et celles qui ne supportent pas le goût aigre de la gelée. "