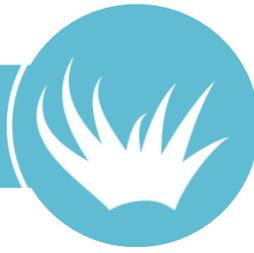


# Pariétaire de Judée

*Parietaria judaica* (L.) - Urticaceae



## Comment la reconnaître ?

La pariétaire de Judée est une plante de taille petite à moyenne (20 à 40 cm de haut), formant des touffes étalées. Ses tiges rougeâtres sont ramifiées et couvertes de poils, conférant à la plante un aspect râpeux.

Les tiges portent des feuilles entières, insérées en alternance, de forme ovale et pointue à leur extrémité. Elles se caractérisent par deux nervures bien visibles de forme arquée de chaque côté de la nervure principale.

Les fleurs verdâtres sont de petite taille, groupée latéralement par 2-3 à l'aisselle des feuilles le long de la tige et sur les rameaux.

Les fruits sont de petits akènes (fruit sec indéhiscent à maturité) de couleur noire et d'une taille d'environ 1 mm de long. On les observe dans les restes de fleurs sur les rameaux.

## Quels sont ses usages et propriétés ?

Ethymologiquement, le nom « *Parietaria* » vient du latin « *paries* » signifiant « Mur, paroi », car elle pousse principalement sur les murs et autres surfaces verticales présentant des anfractuosités (gouttières, bord de trottoirs...).

La pariétaire appelée également « herbe à bouteille » tire son nom également de son action récurrente ; il était coutume en Provence de frotter le fond des bouteilles avec un bouquet de pariétaire pour éliminer les dépôts calcaires, grâce à son aspect rêche et à la saponine qu'elle contient.

Dans la pharmacopée traditionnelle, elle était utilisée comme diurétique, ainsi que pour ses propriétés rafraichissantes et émoullientes, en raison de la présence de sels de nitrite. Aujourd'hui on note son utilisation en homéopathie.

La pariétaire est à l'heure actuelle plus souvent montrée du doigt en raison de son pollen très allergisant, provoquant chez le citadin des maladies respiratoires allergiques (rhinites, asthme).

## Où vit-elle ?

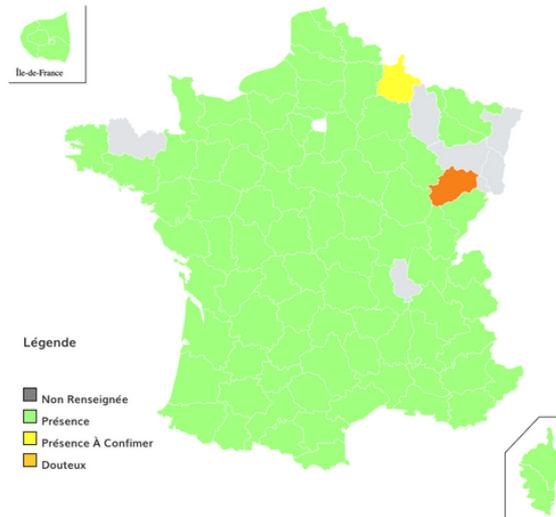
La pariétaire a une distribution méditerranéo-atlantique dans les régions tempérées. Elle colonise abondamment les vieux murs, les terrains humides et riches en décombre, car elle affectionne les milieux plutôt frais et ombragés

La pariétaire est une plante herbacée vivace, visible toute l'année.

Dans le Sud de la France, sa période de floraison et de fructification est très étalée, de mai à octobre, montrant toutefois un optimum en été (juillet - août). En milieu urbain, en raison de l'îlot de chaleur, il semblerait qu'elle puisse fleurir toute l'année.



## Aire de répartition



## Calendrier phénologique

