

PROPIEDADES DEL ALOE VERA



Se han podido detectar más de 250 principios activos o componentes, muchos de ellos en concentraciones muy pequeñas (pico-gramos), lo cual convierte al Aloe Vera en la planta conocida con más principios activos.

Vamos a identificar los principales componentes y sus beneficios para la salud.

También veremos las propiedades a nivel nutricional y en su uso tópico (piel).

Existen 350 especies de Aloe Vera y casi todas tienen alguna propiedad terapéutica.

No obstante esta información está basada en la especie más estudiada por sus propiedades beneficiosas: Barbadensis Miller, la base de los productos Exialoe.

Las mayores propiedades se obtienen en Aloe de al menos 4 o 5 años de vida.

Componentes del Aloe Vera

Aminoácidos Esenciales y Secundarios:

Contiene 7 de los 8 aminoácidos esenciales. Y 11 de los 14 aminoácidos secundarios que el cuerpo fabrica a partir de los esenciales.

Los Aminoácidos son los componentes básicos de nuestras proteínas. A partir de ellos se sintetizan nuestros tejidos y hormonas proteicas. Podemos compararlos a los “ladrillos” de nuestro cuerpo.

Antraquinonas: Actúan como analgésico, bactericida, anti-fúngico, detergentes, antivíricas, antibióticas y germicidas entre otras.

Enzimas: Transforman las proteínas que ingerimos en aminoácidos. Estos son absorbidos a su vez por el cuerpo y se vuelven a convertir en proteínas. Intervienen en procesos de digestión, respiración, contracción muscular y cardíaca, transmisión de impulso nervioso y neutralización de radicales libres.

Lignina y Saponinas: Tienen propiedades limpiadoras, antibióticas, antisépticas, analgésicas, bactericidas, detergentes, germicidas, fungicidas y laxantes. Facilitan el transporte de otras sustancias.

Minerales y Oligoelementos: Se han detectado más de 20 minerales en el Aloe Vera. Son esenciales para la salud. Intervienen en la formación de los huesos y cartílagos, la regulación del metabolismo, la síntesis de la hemoglobina, la acción muscular y el funcionamiento del sistema nervioso. Participan en procesos de desintoxicación y eliminación de desechos y radicales libres.

Monosacáridos y Polisacáridos: Son hidratos de carbono o azúcares de alto valor nutritivo y energético. Destaca el Acemanano con una notable actividad inmunoestimulante. Recientemente se ha identificado un nuevo polisacárido, el Aloérido, cuya actividad incluso supera a la del Acemanano. Tienen acción antiinflamatoria, antiviral y regeneradora.

Por ejemplo favorecen una rápida curación de las úlceras e inhiben el crecimiento del *Helicobacter Pylori*, agente responsable de las úlceras gástricas.

Vitaminas: Sustancias necesarias para el crecimiento y desarrollo de los diferentes tejidos y para llevar a cabo complejas reacciones para producir energía en las células.

Tienen acción antioxidante y neutralizan los efectos de radicales libres.

Agua: Actúa como conductora de los componentes. En la piel permite el paso del oxígeno necesario para reparar los tejidos.

Aplicaciones Terapéuticas

Acidez de estómago: Normaliza el pH y reduce la acidez. Favorece el equilibrio de la flora intestinal. La Aloemodina actúa sobre la mucosa intestinal y regula su funcionamiento.



Alergia: Los polisacáridos fortifican el sistema inmunitario y el betasitosterol (un ácido graso presente en el aloe) evita las reacciones bruscas del organismo aumentando la tolerancia a los alérgenos. El efecto broncodilatador del aloe ayuda a paliar los efectos como el asma.



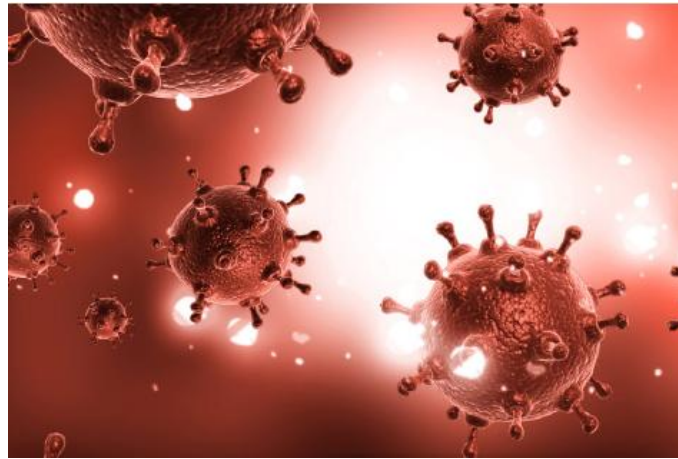
Antienvejecimiento: Posee gran capacidad de aumentar la producción de células fibroblásticas, que se encuentran en la piel y que son responsables de la formación del colágeno. Por ello atenúa las arrugas y retrasan aparición de nuevas.



Antiinflamatorio: Los esteroides y las cromonas junto con el lactato de magnesio presentes en el aloe vera inhiben las sustancias desencadenantes de inflamación. Junto con otras propiedades cicatrizantes e inmunoestimulantes, el Aloe Vera se convierte en un potente antiinflamatorio.



Antitumoral: Existe bibliografía científica que demuestra que el acemanano y otros polisacáridos propios del Aloe Vera inhiben el crecimiento tumoral en determinados tumores.



Artritis: Las enzimas del Aloe Vera favorecen la completa digestión de nutrientes. Debido a sustancias no digeridas se produce una reacción antígeno-anticuerpo que está presente en la mayor parte de procesos de reuma y artritis. El ácido acetilsalicílico que se encuentra en el aloe contribuye en gran medida a reducir el dolor y la inflamación.



Asma: El efecto broncodilatador ayuda a reducir los síntomas. También el aloe vera es inmunomodulante y antiinflamatorio, por lo que se reducen los síntomas del asma alérgico. Además el aloe favorece la oxigenación.



Caída del Cabello: El aloe tiene una composición muy similar a la de la Queratina, proteína que compone el cabello, e idéntica en los aminoácidos del folículo del mismo.

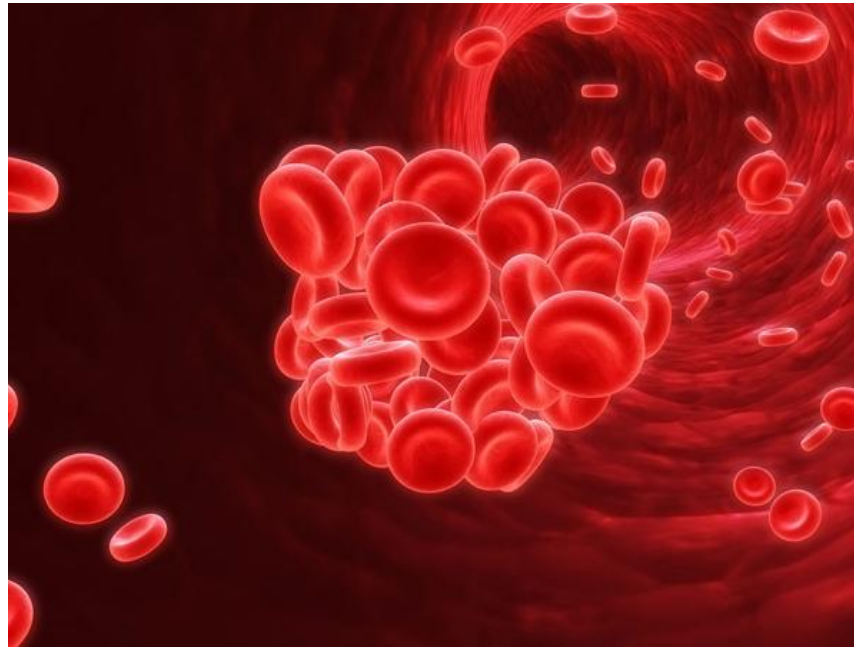
Ejerce una acción bactericida y fungicida que elimina la seborrea y por su acción enzimática arrastra las células muertas del cuero cabelludo.



Cicatrización: Permite la cicatrización rápida sin que se formen queloides (cicatrices permanentes), pues reconstruye los tejidos sin impedir que el oxígeno llegue a la herida.



Coagulante: Por su contenido en calcio, potasio y celulosa el aloe fabrica una red de fibras en las lesiones que aseguran las plaquetas, ayudando a coagular y cicatrizar.



Colesterol: Consumido habitualmente reduce el colesterol entre 12 y 14 puntos, pues lo emulsiona y facilita su eliminación del organismo.



Dientes y Encías: El aloe tiene una acción bactericida sobre la placa y reduce su proliferación. También calma y reduce la inflamación.



Digestión: Al ser muy rica en enzimas de la digestión, rehidrata y regenera, alcaliniza y estimula la flora bacteriana mejorando la absorción de nutrientes y la eliminación de residuos. Elimina las flatulencias que pueden producir los fermentos gástricos.



Dolor: Contiene analgésicos naturales y por sus propiedades antiinflamatorias y poder de penetración ayuda a reducir el dolor.



Hidratante: Es el humectante perfecto de la piel por su capacidad de transportar nutrientes y por su absorción.



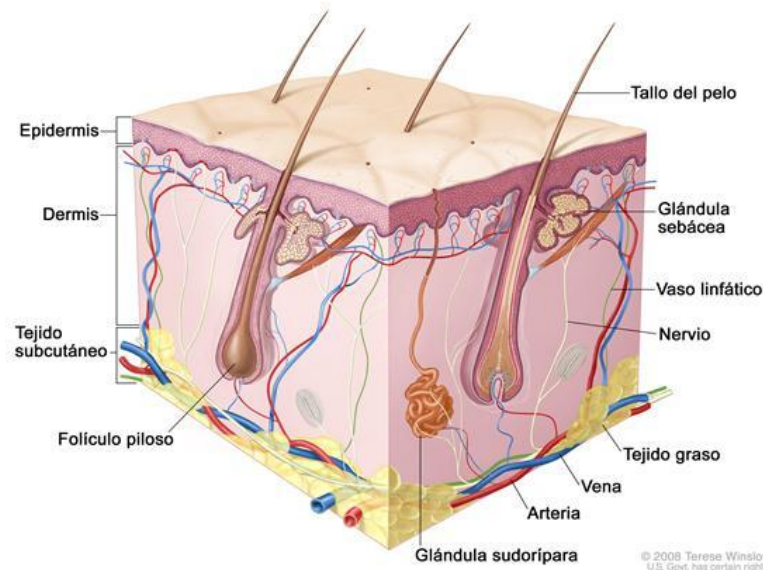
Hígado: Mejora la funcionalidad de las células hepáticas. Es un potente depurativo de la sangre y se recomienda en la prevención de la cirrosis del hígado.



Hipertensión: El consumo de aloe vera continuado ayuda a regular la tensión.



Piel: Por su acción hidratante, antiséptica, antibiótica y antibacteriana, el gel de aloe aumenta de seis a ocho veces la producción de las células responsables del colágeno natural. Por ello la planta se aplica en problemas de la piel de todo tipo: acné, celulitis, dermatitis, eccemas, hemorroides, manchas, pié de atleta, arrugas o verrugas.



Protección contra rayos UVA: Hidrata la piel seca y dañada por rayos UVA a la vez que forma una pantalla protectora de un gran porcentaje de rayos UVA.



Psoriasis: Se suele usar cremas con Aloe Vera para paliar los efectos de esta enfermedad combinados con el consumo de complejos vitamínicos y antioxidantes. El jugo de aloe vera es muy recomendable por el aporte interno. También ayuda a regenerar la piel y a reducir le picor.



Quemaduras: El aloe ayuda a reducir el dolor por su contenido en ácido acetilsalicílico y magnesio. También favorece la asepsia evitando infecciones habituales en las quemaduras. Regenera tan rápida que nuevas células cutáneas se cierran alrededor de la zona afectada sin producir costra ni cicatriz.



Sistema Inmunitario: Una dieta desequilibrada y el abuso de medicación pueden interferir en la absorción de nutrientes y perjudicar el sistema inmunitario. La ingestión habitual de jugo de aloe vera permite la absorción de nutrientes de calidad lo cual tiene un gran efecto sobre el sistema inmunológico, estimulándolo, regulándolo y manteniéndolo.



Tónico y reconstituyente: El aloe vera es un desintoxicante natural y preventivo de enfermedades asociadas.



Torceduras y esguinces: Contiene agentes que reducen el dolor y la inflamación. El aloe vera es base perfecta para incorporar otros componentes antiinflamatorios pues penetra hasta el hueso y facilita su paso a la corriente sanguínea. Resulta rápido y eficaz.



Úlceras bucales: Reduce el dolor, sangrado y la inflamación, a la vez que es bactericida, antiviral y fungicida. El fosfato de manosa, uno de los ingredientes del aloe, tiene efecto cicatrizante sobre distintos tipos de úlceras, entre ellas bucales.



Otras Aplicaciones

- Reduce niveles de Azúcar, Ácido úrico y triglicéridos en sangre.
- Protege a la mucosa gástrica por su actividad anti-ulcerosa inhibe el crecimiento de la bacteria helicobacter Pyroli.
- Por su actividad antiinflamatoria es útil en enfermedad de Crohn y colitis ulcerosa.
- Al inducir la formación de anticuerpos es útil en prevención de enfermedades víricas respiratorias (gripe, resfriado, laringitis).
- Facilita la curación de llagas y ulceraciones bucales.

- Ayuda a regular la tensión arterial, la circulación venosa y el metabolismo general, por lo que puede ser útil como complemento en dietas de control de peso.
- Ayuda a eliminar toxinas relacionadas con el aumento del dolor en enfermedades osteoarticulares (artritis, artrosis, reuma, etc.)
- Depura y desintoxica en afecciones hepatobiliares.
- Sarampión, rubeola, herpes, varicela.
- Hiperacidez, úlcera gastroduodenal, reflujo gástrico.
- Aftas, gingivitis, periodontitis, candidiasis bucal y esofágica.

