

# ALOE VERA

Aloe Vera (*Barbadensis* Miller-Sabila).

Propiedades e Indicações.

De las suculentas hojas de aloe se obtienen dos productos principales, el acíbar y el gel de Aloe

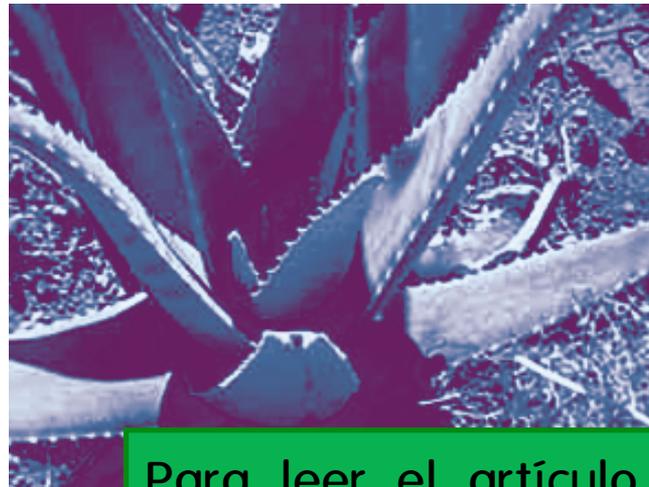
## El Acíbar

Al incidir la superficie de la hoja de aloe, se obtiene un jugo viscoso de color amarillo y sabor amargo que se concentra al calor del sol, o por ebullición. Se transforma así en una masa amorfa de color pardo oscuro y sabor muy amargo, llamado acíbar o pez rubia. El acíbar contiene del 40% al 80% de resina, y hasta un 20% de aloína, glucósido antraquinónico que es su principio activo. Según la dosis diaria con la que se emplee, el acíbar tiene distintas aplicaciones, hasta 1 gr. diario es aperitivo estomacal, y colagogo, facilitando la digestión. A partir de 1 gr. actúa como laxante y como emenagogo (aumenta el flujo menstrual). Hasta 5gr. diarios como máximo actúa como purgante energético y también como oxiótico (provoca contracciones uterinas). Importante: No debe ser utilizada como purgante durante la menstruación, así como tampoco con las embarazadas, pues provoca congestión de los órganos pélvicos y contracciones uterinas, no sobrepasar dosis de 5 gr. No administrar a niños..

## El gel de Aloe.

Se obtiene de la pulpa de sus hojas carnosas, que desprenden un jugo gelatinoso transparente y de sabor insípido. Está formado por una mezcla compleja de más de 20 sustancias, como polisacáridos glucósidos, enzimas y minerales. Contiene Acemanan, una sustancia que aumenta las defensas. A diferencia del acíbar, el gel de Aloe no

tiene propiedades laxantes sino que regula la digestión. Aplicado localmente, son muchos los beneficios que puede provocar el gel de Aloe. En heridas o quemaduras el gel se aplica directamente sobre la piel acelerando así la cicatrización reduciendo además al mínimo las cicatrices. El gel de aloe aplicado sobre la piel tiene una acción favorable en caso de soriasis y eccemas de la piel, así como en el acné, pie de atleta (es fungicida) y herpes. Para reforzar el efecto, se recomienda tomarlo también por vía oral. En los niños se emplea en el tratamiento de eccemas causado por los pañales y para aliviar el picor y facilitar la cicatrización de la piel en enfermedades exantemáticas como el sarampión, rubéola y la varicela. Para la belleza de la piel el Aloe la revitaliza, otorgándole una mayor tersura, resistencia y belleza. Aplicado sobre la piel, mejora el aspecto de las arrugas y estrías. Se emplea también en el cuidado del cabello y uñas. Ingerido por vía oral, el jugo de aloe es depurativo y tonificante. Se emplea como digestivo y también en tratamientos de la úlcera gastro-duodenal. Se ha demostrado en forma experimental que el Acemanan tiene la facultad de estimular las defensas de organismo. Su uso por vía interna activa los linfocitos, células que, entre otras funciones, tiene la de destruir células cancerígenas., así como aquellas que han sido infectadas por el virus del sida. Por ello se está investigando su empleo en enfermedades, sin que hasta el momento se tengan resultados concluyentes. Precauciones: 1 de cada 200 personas puede ser alérgica al aloe, si a los pocos minutos de extenderlo sobre la piel aparece un ligero enrojecimiento y picor es señal de alergia al Aloe. Jugo de Aloe: Se prepara dentro de una juguera, aproximadamente 3 a 4 cucharadas soperas de gel



Para leer el artículo completo puedes hacerlo adquiriendo la colección (12nºs) de Revista

**ecovisiones**

Click aquí

