

ALOE VERA

(TRATTO DA ARCHIVIO DOTTOR WEB)

La conoscevano gli antichi per le sue proprietà curative. Da qualche tempo è tornata anche da noi, ma soprattutto si usa per la cura della pelle, Formidabile la sua azione lenitiva dopo sole. Ottimo detergente per il make-up. Buona anche per contrastare la caduta dei capelli. Ora però l'**aloe** conosce un successo straordinario come elemento rigenerativo della cute e come bevanda-toccasana.

L'Aloe è una grande pianta xerofita tropicale e subtropicale, originaria dell'Africa e appartenente alla famiglia delle Liliacee. L'aloe è una pianta appartenente alla famiglia delle Gigliacee, come il giglio, il tulipano, l'aglio. Usato come rimedio sin dagli albori della storia, scritti medici egizi del 1500 a.C., la raccomandano per infezioni ed affezioni cutanee. Oggi sono conosciute più di 180 specie diverse. Può essere utilizzata come gel (ottenuto tagliando le foglie della pianta) da applicare topicamente o come estratto secco o in soluzione idroalcolica ottenuti sempre dalle foglie. I componenti principali dell'Aloe sono: antrachinonici in parte liberi (aloemodine, acido crisofanico) (0,05-0,5 %) e in parte glicosilati (aloina o barbaloina) (5-25 %), l'acemannano, un olio essenziale (0,03 %), sostanze ormono-simili e una resina a carattere fenolico (16-63 %).

L'uso moderno del gel di Aloe ha avuto inizio negli anni 30, quando sono stati riportati i positivi effetti sulle ustioni da radioterapia. Si ritiene che la pianta abbia attività antiinfiammatoria e antiossidante grazie alla presenza di isoenzimi della superossidodismutasi, nonché immunostimolante, grazie alla presenza dell'acemannano.

L'Aloe è stata usata in passato come lassativo e viene usata ancora oggi come topico per ridurre il dolore e favorire la guarigione di ustioni, ferite ed eritemi solari. Nella medicina tradizionale è stata anche utilizzata come amaro-tonico, eupeptico, colagogo.

Nella medicina popolare è consigliata per: allergie alimentari, malattie del sistema immunitario, ulcere gastro-duodenali, malattie infiammatorie croniche. Viene anche usata per la prevenzione degli effetti iatrogeni radio-chemioterapici e nelle malattie infettive.

Le sue attività principali sono quella amaro-tonica, lassativa, cicatrizzante (per uso esterno). Per l'attività schermante nei confronti dei raggi UV, rientra nella composizione di prodotti solari. Il gel di aloe è in grado di penetrare il tessuto cutaneo, di esercitare un'azione anestetica locale, di agire come antiflogistico e di migliorare il microcircolo locale.

A causa del potente effetto lassativo, l'uso dell'aloe è controindicato in gravidanza e durante l'allattamento. L'uso prolungato dell'aloe provoca ipopotassiemia, per cui occorre stare attenti all'eventuale contemporanea assunzione di glicosidi cardioattivi (digitale), diuretici e cortisonici.