

# **LAS VENTAJAS DEL USO DE ALOE VERA CON NONI**

## **ALOE VERA**

Desde tiempos remotos el ser humano ha hecho uso de esta planta para optimizar la salud y solucionar un buen número de desarreglos. Muy especialmente en la antigüedad se utilizaba como producto de uso externo aplicando la hoja recién cortada y abierta en dos a lo largo, directamente sobre la parte afectada de la piel, ya se tratase de heridas, quemaduras o simplemente como agente cosmético para mejorar las condiciones cutáneas generales.

Por otro lado, el Aloe Vera se ha venido cultivando a lo largo de varios siglos y hasta nuestros días en diferentes zonas cálidas del planeta para utilizar el látex con fines laxantes.

## ***HISTORIA***

La mayor parte de los botánicos están de acuerdo en que el Aloe Vera es una planta originaria de las zonas cálidas y secas del continente africano. Desde allí y debido a su adaptabilidad, el hombre la ha llevado consigo a otros lugares para asegurarse la inestimable ayuda que proporciona.

Con este fin precisamente los conquistadores y misioneros españoles la introdujeron durante los siglos XVI y XVII en las nuevas colonias americanas, plantándola en los alrededores de las misiones de las islas del Caribe, Centroamérica y Sudamérica. Muy pronto los nativos de estas regiones comenzaron a utilizar el Aloe Vera como elemento de uso cotidiano por su importancia como un valioso reequilibrador dietético que siempre podían tener a mano.

Sin embargo, ha sido en el presente siglo cuando mayores esfuerzos se han realizado por sacar a esta planta y sus grandes posibilidades, del uso minoritario y limitado a las zonas donde puede crecer al aire libre, para llegar al momento actual en que millones y millones de plantas son cultivadas de cara a su aprovechamiento comercial, y más y más personas de cualquier parte del mundo pueden utilizar los productos de Aloe en provecho de la salud. La razón estriba en el logro científico, relativamente reciente, de la estabilización y conservación del zumo de Aloe Vera sin merma alguna en su composición y propiedades, además de haberse logrado eliminar totalmente del producto final las sustancias laxantes, principalmente Alina y Aloemodina.

## ***PRINCIPIOS ACTIVOS***

El Aloe Vera no es un cactus. Pertenece a la familia de los lirios y está, por tanto, emparentada con otras especies cercanas como, por ejemplo, la cebolla o el ajo. Existen más de 250 variedades de aloes en el mundo, aunque sólo se utilizan en provecho humano dos de ellas, el Aloe Barbadosis Miller (Aloe Vera) y el Aloe Arborescente. Las gruesas, carnosas y espinosas hojas del Aloe Vera crecen desde la base en forma de rosetón, pudiendo alcanzar hasta los dos metros de altura cuando las condiciones del terreno y del clima lo permiten. El rosetón de cada planta suele estar formado por un número comprendido entre 12 y 16 hojas, que pueden llegar a pesar alrededor de un kilo y medio cuando son recolectadas cada seis u ocho semanas.

En la planta de Aloe Vera se han descubierto más de 140 diferentes sustancias. Cabe destacar su contenido en minerales: Calcio, Magnesio, Potasio, Cobre, Zinc, Manganeso

y Cromo, entre otros; Vitaminas: B1, B2, B6, B12, Colina, Ácido fólico, Niacinamida, Beta caroteno y las Vitaminas E y C que se añaden en el proceso de estabilización y que actúan como antioxidantes.

En el transcurso de este siglo se han realizado numerosas investigaciones con Aloe Vera, utilizando en la mayor parte de ellas derivados de la planta entera, excepto la raíz, que han ayudado a que más gente utilice esta maravillosa planta en muy diferentes situaciones, tanto en problemas internos como externos.

De la savia del Aloe Vera se pueden obtener sustancias conocidas como antraquinonas, de acción netamente laxante. El zumo de Aloe Vera utilizado en alimentación debe estar completamente exento de estas sustancias para que el producto final sea completamente inocuo.

### **NONI (*Morinda citrifolia*)**

Noni es el nombre con el que se conoce en Hawái a la planta *Morinda citrifolia*. Perteneció a la familia de las Rubiaceae y aunque es originaria del Pacífico Sur se la conoce entre los habitantes de las zonas tropicales de todo el mundo. Abunda en las islas de la Polinesia (Hawái, Tahití, Samoa) donde es considerada como una de las plantas más bellas y útiles de las islas.

Del Noni se valoran y usan todas sus partes: semillas, raíz, hojas, flores, frutos, etc. Sin embargo, la parte más conocida y consumida son sus frutos.

#### *HISTORIA*

Generación tras generación los sanadores tradicionales polinésicos, o kahunas, lo han usado para tratar una gama muy amplia de problemas de salud como dolores, artritis, diabetes, problemas cardíacos, asma, cataratas, hipertensión arterial, resfriados, desórdenes renales, problemas digestivos, depresión, migraña, infecciones, problemas menstruales, artritis, esclerosis, problemas de la piel, etc. Tanto éxito tenía el Noni en estos tratamientos que incluso era considerada como planta “sagrada” para la regeneración del cuerpo.

Las investigaciones occidentales datan de al menos 1950, cuando la revista científica “Pacific Science” indicó que el fruto del Noni mostraba propiedades antibacterianas contra microorganismos pirógenos como la *Pseudomonas aeruginosa* e incluso contra la *E. Coli*. En abril de 1972 la investigadora María Stewart describió en la revista “The Bulletin” cómo los hawaianos resolvían muchos de sus problemas de salud bebiendo zumo del fruto del noni. Desde entonces la planta ha sido investigada por importantes instituciones de Francia, Alemania, Irlanda, Taiwán, Austria, Países Bajos y Canadá. En los EEUU se han realizado importantes trabajos en la Universidad de Hawái, con el patrocinio de la prestigiosa Academia Nacional de las Ciencias.

#### *PRINCIPIOS ACTIVOS*

Las investigaciones occidentales realizadas con Noni indican que actúa en una amplia variedad de situaciones.

- Produce efectos analgésicos y antiinflamatorios.
- Regula la función celular y la regeneración de las células dañadas.

- Lucha contra diversos tipos de bacterias patógenas.
- Estimula la producción de células T del sistema inmunitario.
- Inhibe el crecimiento de tumores cancerosos.
- Presenta propiedades adaptógenas (mejor resistencia general a agresiones externas).
- Estimula el sistema inmune incluyendo macrófagos y linfocitos.

Los componentes más activos del Noni son: la Xeronina, el Óxido Nítrico y la Escopoletina.

La Xeronina es una sustancia relativamente pequeña, que está presente prácticamente en todas las células de las plantas, animales y microorganismos, donde es muy importante para su apropiado funcionamiento. Su presencia en las células disminuye con el envejecimiento, con lo que existe una mayor susceptibilidad de enfermar. El Dr. Heinicke, primer investigador del estudio de Noni, sostiene que la xeronina trabaja a nivel molecular para reparar el daño celular.

El Óxido Nítrico que, por supuesto, no contiene el fruto de Noni, sí es capaz de estimular su producción. Esta sustancia producida por las células, presenta una vida media de unos 5 segundos y tiene muy amplias e importantes funciones en el organismo.

La Escopoletina contribuye a su efecto adaptogénico en lo que respecta a la presión arterial. Si la presión es alta, la escopoletina contribuye a su descenso y si está por debajo de niveles normales, consigue elevarla.

### **¿CUÁNDO TOMAR ALOE VERA Y NONI?**

Se recomienda tomar Aloe Vera con Noni en los siguientes casos:

- Dolores articulares y reumáticos, dolores abdominales, dolores crónicos, dolores premenstruales, dolores en general
- Artritis, osteoartritis, artritis reumatoide, bursitis y tendinitis, gota
- Debilidad crónica
- Síndrome de fatiga crónica (fibromialgia)
- Hipertensión arterial
- Diabetes
- Obesidad
- Gastritis
- Ulceraciones gástricas o duodenales
- Inflamaciones y/o lesiones bucales
- Excesiva acidez estomacal
- Disfunciones intestinales
- Desarreglos evacuatorios y estreñimiento
- Alteraciones de la flora intestinal
- Quemaduras
- Heridas
- Dermatitis, eccemas
- Hidratante, refrescante y tonificante de la piel

