

TALLER DE ALOE VERA

En este taller hablaremos de las plantas medicinales en general y del Aloe vera en particular.

Descripción:

Áloe es un género de las Asphodeláceas (Liliáceas), que comprende más de 200 especies. Es originaria de África. Las especies del género de los áloes son casi siempre leñosas, pero con las hojas muy grandes y carnosas, dispuestas en grandes rosetones y con una espina recia en su extremo, armadas de otras espinas marginales más pequeñas. Las flores son tubulosas, porque las seis piezas que forman la cubierta floral se sueldan todas entre sí en un tubo. Estas flores suelen tener color rojizo, anaranjado o amarillento. El fruto es una cápsula.



Floración:

Según las especies, en primavera y verano; y aún en invierno en sus respectivos países de origen. Los frutos son unas cápsulas de forma triangular.

Cultivo:

El Aloe Vera, tiene dos enemigos naturales: el exceso de agua y el frío por debajo de los 10°C. Por otro lado, es muy resistente a la plagas y a la falta de agua.

Para evitar las malas condiciones atmosféricas, es conveniente plantar el aloe en lugares resguardados. No obstante, requiere mucha luz, aunque es preferible que no esté expuesta de forma directa.

El terreno tiene que ser arenoso, aunque no es una condición imprescindible, ya que también crece en óptimas condiciones en tierras volcánicas, como es el caso de las Islas Canarias. Lo que sí es muy importante es que el terreno tenga un buen drenaje y sea ligeramente ácido.

El riego no es un elemento imprescindible, gracias a su gran resistencia a la falta de agua. Aún así, es recomendable regarla con poca agua, lo que nos permitirá dos recolectas anuales. En caso contrario, sólo podemos cortar hojas una vez al año.



Cultivo en casa:

Para su cultivo en casa, es mejor hacerlo en maceta de barro en vez de plástico. Y con tierra normal de jardín con un 50% de turba, a partes iguales.

En el invierno, la protegeremos del frío. Su reproducción es mediante hijos que le nacen alrededor..

Hay que recordar, que no se puede regar durante las dos primeras semanas después de su trasplante.

Todas las plantas de Aloe tienen propiedades curativas, sobre todo las adultas de tres años aproximadamente desde que han hecho la flor.



Recolección:

Si se les hace a las hojas un corte exudan un líquido acuoso de sabor muy amargo, acumulado en células secretoras. Ya que la pared celular que las separa es muy delgada, el jugo fluye con facilidad.



Usos medicinales:

- El Aloe Vera es un excelente limpiador y antiséptico natural (contiene al menos seis agentes antisépticos: lupeol, ácido salicílico, nitrógeno de urea, ácido cinámico, fenol y azufre).
- Actúa como anestésico calmando todo tipo de dolores (especialmente los musculares y de las articulaciones).
- Tranquiliza los nervios.
- Posee una gran actividad bactericida, destruye numerosos tipos de virus y hongos.
- Antiinflamatorio, antiprurítico (detiene la comezón).
- Altamente nutritivo (contiene vitaminas, minerales y azúcares).
- Dilata los capilares sanguíneos incrementando la circulación en la zona afectada.
- Descompone y destruye los tejidos muertos (incluyendo el pus).
- Favorece el crecimiento celular normal (acelerando la curación de llagas y heridas).
- Hidrata los tejidos y es antipirético (elimina la sensación de calor en las llagas, úlceras e inflamaciones).

Usos cosméticos:

- Penetra en las tres capas de la piel: Epidermis, la dermis, la hipodermis, y expulsa las bacterias y los depósitos de grasa que tapan los poros. Al mismo tiempo la acción de los nutrientes naturales, los minerales, las vitaminas, los aminoácidos y las enzimas, estimulan la reproducción de nuevas células.
- Es un importante regenerador celular, cicatrizante, tonificador y de alta penetración en la piel, cuando se usa con regularidad, evita las arrugas prematuras y retarda las propias de la edad. Reduce la medida de los poros abiertos, y se puede usar bajo el maquillaje.
- Como el Aloe Vera es astringente, se ha de combinar su uso con una crema hidratante, preferentemente que lleve Aloe entre sus componentes. Es un excelente filtro solar de rayos ultravioletas y elimina las manchas causadas por el sol, si se usa por un largo periodo de tiempo.
- El aloe, utilizado después del afeitado, da buenos resultados, ya que en pocos instantes regenera muchas de las células rotas al paso de la cuchilla de afeitar. Así usando una loción después del afeitado, dará una sensación de gran alivio. Igualmente, en este sentido, es muy eficaz utilizado después de la depilación: evita erupciones, granitos y rojeces, cerrando rápidamente los poros dilatados. También es muy efectivo en la prevención o eliminación de pequeñas estrías. Es importante la hidratación de la piel con aceite o crema después que el aloe haya penetrado en la piel.

PRÁCTICA

Como práctica haremos una crema casera de aloe necesitamos, y cada participante se llevará una muestra.