

Indice

5	Prefazione alla prima edizione <i>di Marilena Bongiovanni e Ivana Truccolo</i>	
9	Introduzione	
15	1. Una pianta millenaria	
21	2. Cenni di botanica	
	1. <i>Classificazione botanica</i>	21
	<i>Aloe barbadensis</i> Miller (<i>Aloe vera</i> o <i>Aloe vulgaris</i>)	23
	<i>Aloe arborescens</i> Miller	24
	<i>Aloe ferox</i>	24
	<i>Aloe chinensis</i>	25
	<i>Aloe saponaria</i>	25
	2. <i>La foglia</i>	26
	3. <i>La coltivazione</i>	26
	4. <i>La produzione del gel fogliare</i>	27
	<i>Lavaggio ed estrazione del gel</i>	28
	<i>Conservazione</i>	29
	<i>Imballaggio e trasporto</i>	30
	<i>Certificazione di qualità</i>	31
33	3. I principi attivi	
	1. <i>Composizione della foglia</i>	33
	2. <i>Il latex antrachinonico</i>	36
	3. <i>Il gel fogliare</i>	38
	4. <i>I micronutrienti</i>	41
	<i>Sali minerali</i>	46
	<i>Aminoacidi</i>	53
	<i>Polisaccaridi</i>	56
	<i>Enzimi</i>	58
	<i>Altri principi attivi</i>	59
	<i>La pianta di Aloe vera</i>	62
67	4. Attività farmacologica del gel	
	1. <i>Introduzione</i>	67
	2. <i>Attività antidiabetica</i>	70

	3. Attività di immunomodulazione	71
	4. Attività di riparazione tissutale	72
	5. Attività antinfiammatoria	73
	6. Attività antiossidante	75
	7. Attività antimicrobica	76
	8. Attività di assorbimento intestinale	77
	9. Attività di penetrazione cutanea	78
79	5. La pianta anti-inflammaging	
	1. Cos'è l'inflammaging	79
	2. Combattere l'infiammazione cronica lieve	84
	3. Attività anti-inflammaging dell'Aloe vera	87
	4. Conclusioni	89
	Aloe vera anti-aging	92
97	6. Prendiamoci cura con l'Aloe vera	
	1. Introduzione	97
	2. La salute orale	100
	3. Il benessere gastro-intestinale	106
	4. L'equilibrio del metabolismo	112
	Attività epatica	112
	Attività anti-lipidemica	114
	Attività anti-glicemica	116
	5. Gli utilizzi in oncologia	119
	6. La cura della pelle	129
	Cicatrizzazione	129
	Ustioni	132
	Psoriasi	133
	Acne e dermatite seborroica	135
	Dermatocosmesi	136
	7. Aloe & brain	139
	Aloe vera nella cura della bocca	141
	Aloe vera per la salute dell'intestino	146
	Aloe vera e metabolismo	149
	Aloe vera nella cura della pelle	154
	Aloe vera nella cura dei capelli	158
163	7. Aloe vera in veterinaria	
	Aloe vera per cani e gatti	167
171	8. Domande e risposte	
179	Bibliografia	