

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