

LO VERDE EN CASA

En la Universidad de Cádiz, España, el grupo de investigadores dirigido por Francisco A. Macías que tiene como principal objetivo producir antibióticos naturales y desarrollar curas contra el cáncer, comprobó que consumir el jugo del aloe vera (sábila) puede prevenir y combatir tumores en el páncreas y los pulmones, además de contribuir a fortalecer el sistema inmunológico, sanar las capas de epidermis en el intestino y mejorar los tratamientos quimioterapéuticos. Por lo común que resulta la existencia de esta planta en nuestro país, así como por lo relativamente fácil de su cultivo y atención, conjuntamente con sus múltiples beneficios para la salud, te ofrecemos esta breve reseña para que te sirva como estímulo para conocer más de ella y sus diversos usos... Quizás te animes a utilizarla, a la vez que tenerla como decoración de tu hogar.

La sábila

Aloe vera también conocido como sábila, aloe de Barbados o aloe de Cu-ra-zao, entre otros, es una planta suculenta (del latín *suculentus*, ‘muy jugoso’, son aquellas en las que la raíz, el tallo o las hojas se han engrosado para permitir el almacenamiento de agua en cantidades mucho mayores que en el resto de las plantas) de la subfamilia *Asphodeloideae* dentro de la familia *Xanthorrhoeaceae*. Fue descrita por Carlos Linneo en 1753 y luego por Nicolaas Laurens Burman.

Su nombre genérico, aloe, es de origen incierto. Podría ser derivado del griego (als, alós), “sal” dando (aloé, oés) que designaba tanto la planta como su jugo, debido a su sabor, que recuerda al agua del mar. De allí pasó al latín con la misma acepción, y que, en sentido figurado, significaba también “amargo”. Se ha propuesto también un origen árabe, *alloeh*, que significa “la sustancia amarga brillante”; pero es más probable de origen complejo a través del hebreo: *ahal*, frecuentemente citado en textos bíblicos. **Vera**: epíteto latino que significa “verdadero”.

Es un arbusto acaule o con tallo corto cubierto de hojas, estolonífero, con tallo de hasta 30 cm, erecto, sin rebrotes laterales. Las hojas miden 40–50 por 5–8 cm y son densamente agrupadas en una roseta basal de hasta 20 hojas; son estrechamente triangular-lanceoladas, canaliculadas, rectas, erecto-patentes, herbáceas, de un verde-grisáceo, glaucas, sin manchas —excepto unas motas claras en los renuevos jóvenes—, dentadas solo en el margen, con dientes de unos 2 mm, gruesos, duros, retroversos, de un color más claro que el del limbo.

Generalmente se da en arenales y cerros costeros, alterados y nitrificados desde el nivel del mar hasta 200 m de altitud. Probablemente originaria de Arabia y naturalizada en regiones subtropicales y templadas de ambos hemisferios, incluido el Mediterráneo.

Usos

El aloe se cultiva como planta decorativa, para usos medicinales, en cosmética e incluso para la alimentación en algunos países africanos.



En algunos lugares popularmente suele llamarse *Aloe vera* a *Aloe maculata*. Si bien este último puede tener propiedades medicinales similares, a nivel farmacéutico es importante una correcta identificación de la especie.

Actualmente, hay más de 250 diversas variedades reconocidas de *Aloe*, de las cuales, solamente tres o cuatro tienen características curativas o medicinales significativas. La más potente de éstas, rica en vitaminas, minerales, aminoácidos y enzimas es *Aloe vera*.

Una de las aplicaciones farmacéuticas, más antiguas registrada, se puede encontrar en una tablilla

sumeria de arcilla del siglo XXI a. C., pero hay informes de dibujos de la planta en las paredes de templos egipcios desde el IV milenio a. C.

En cosmética se usa cada vez más. La mayoría de los fabricantes responsables extraen y purifican los extractos evitando los componentes más irritantes; también, actualmente, se usa de forma directa mediante procedimientos domésticos muy rudimentarios, dando lugar a productos que pueden causar irritación (dermatitis, eccema) o reacciones alérgicas (urticaria).

Cultivo

Debido a que *Aloe vera* procede de sitios calurosos y desérticos, su cultivo requiere temperaturas que esté por encima de los 10 °C, por debajo puede sufrir daños, ya que no es tolerante al frío; ni a la excesiva humedad requiriendo climas secos. Se puede ubicar a pleno sol o en semisombra.

Las macetas de terracota son preferibles a cualquier otro material, ya que son porosas, con lo cual se evita el exceso de humedad. Un sustrato también poroso, como el que se emplea para cactus y suculentas es el adecuado. Conviene dejarlo secar completamente antes de volver a regar. Cuando las plantas se llenan de los hijuelos que surgen alrededor de la “planta madre”, se deben dividir para posibilitar un mayor crecimiento de la planta principal y prevenir infestaciones de plagas, como ácaros, cochinillas y especies de áfidos.

Esta especie se cultiva a gran escala en Australia, Bangladés, Cuba, República Dominicana, China, México, India, Jamaica, Kenia, Tanzania y Sudáfrica, junto con los Estados Unidos para abastecer a la industria cosmética.

Propiedades

Esta especie ha sido cultivada

desde tiempos antiguos por su uso medicinal.

Farmacología

El principio activo está formado por el jugo desecado de las células secretoras de las hojas. El olor es característico y fuerte, mientras que el sabor es amargo y desagradable. De las hojas básicamente se obtienen dos compuestos:

- Gel, que es la porción mucilaginosa del parénquima tisular o mesófila situado en el centro de las hojas. Las plantas más expuestas al sol fabrican menos pulpa y más látex. De la pulpa se extrae un gel brillante y amargo, que se obtiene por extrusión de la parte interna de las hojas. Debe eliminarse previamente todo el contenido de antraquinonas que se ubican en la epidermis de las hojas. Si este proceso no se realiza, el látex se oxida y coge una tonalidad marrón fácilmente. La fragilidad de algunos constituyentes del gel hace que sea necesario estabilizar el material reciente obtenido y preservarlo de la contaminación bacteriana.

- Acíbar o látex, es el zumo cuajado, resultado de la incisión de las hojas, es un sólido cristalino de color marrón y muy amargo, llamado acíbar (del griego: “jugo del aloe”). Se localiza en las células pericíclicas situadas cerca de los haces conductores inmediatamente por debajo de la epidermis, entre el parénquima clorofílico y el mucilaginoso. En general, se obtiene dejando fluir el líquido que sale de las hojas cortadas transversalmente y depositándolo de este modo en un recipiente mezclado con pulpa.

Para prevenir la pérdida de látex, las hojas deben ser cortadas por la base, cerca del tallo. Se debe tener en cuenta que la hoja que se corta no vuelve a crecer. Para utilizarla con la cáscara se corta por el centro, o en el caso de querer extraer sólo el látex, se quita la cáscara previamente. Una vez

cogidas las hojas son lavadas y fileteadas. La cáscara y el revestimiento amarillento (alantoína) son separados.

Componentes químicos

Existe una variedad moteada, descrita originalmente como *Aloe barbadensis* var. *chinensis*, pero es un mero sinónimo de la especie tipo.

Aloemodina: Regula el funcionamiento de la mucosa intestinal.

Aloeoleína: Mejora úlceras duodenales y estomacales. Disminuye la acidez.

Aloetina: Neutraliza el efecto de las toxinas microbianas.

Aloína: Alivia el estreñimiento.

Aminoácidos: Interviene en la formación de proteínas.

Carricina: Refuerza el sistema inmune y ayudaría a las defensas.

Creatinina: Resulta fundamental en las reacciones de almacenaje y transmisión de la energía.

Emolina, Emodina, Barbaloina: Generan ácido salicílico de efecto analgésico y antifebril.

Fosfato de manosa: Agente de crecimiento de los tejidos con efecto cicatrizante.

Minerales: calcio, magnesio, fósforo, potasio, zinc, cobre.

Mucílago: Actividad emoliente sobre la piel.

Saponinas: Antiséptico.

Fitosteroles: Acción antiinflamatoria.

Mucopolisacáridos: Responsables de la hidratación celular.

Hormonas vegetales: Estimulan el crecimiento celular y la cicatrización.

Enzimas: Intervienen en la estimulación de las defensas del organismo.

Como siempre, esperamos que esta información te sea de utilidad y te auxilie en el conocimiento de esta planta cuyos usos son diversos.

¡Hasta la próxima!