

Aloe vera (L.) Burm. f. E Aloe arborescens Mill.: LEGGENDE E VERITÀ SU QUESTA PIANTA USATA GIÀ NELL'ANTICO EGITTO 3500 ANNI FA

di Fiorenzo Pandini

dottore agronomo libero professionista - Brescia

Cenni storici, botanici e farmacologici

Esistono antichi papiri egizi, vecchi di 3500 anni, che parlano delle proprietà medicamentose degli estratti di aloe. Anche i greci e gli antichi romani usavano le gelatine di questa pianta per curare ferite e infezioni della pelle. Le cronache ci dicono poi che nel medioevo si era soliti bere, due volte al giorno, un "frullato" di foglie di aloe addolcito con del miele con lo scopo di "rinforzare" stomaco e intestino.

Negli ultimi decenni, grazie allo sviluppo della chimica farmaceutica, si sono identificati 70 principi attivi naturali, con proprietà interessanti in medicina, presenti nei succhi cellulari di questa pianta.

Molti oggi conoscono le proprietà terapeutiche di questa pianta che da 10 anni viene coltivata in forma specializzata sulla sponda bresciana del lago di Garda, a Manerba del Garda, dalla Floricoltura Dester (Fig. 1).

In realtà – ci conferma il fondatore Giuseppe Dester, - sono conosciute in botanica 400 specie di aloe. La loro zona di origine è la fascia sub-tropicale in quanto alle nostre latitudini non riescono a sopportare i freddi invernali.

In natura sono stati rinvenuti esemplari vicini al secolo di età che hanno raggiunto i 3 metri di altezza e di ampiezza.

Aloe vera (L.) Burm. f. (dalle foglie grosse e carnose) e Aloe arborescens Mill. (più magra e spinosa) sono le 2 specie di maggior interesse florovivaistico.



Fig. 1 - Giuseppe Dester, uno dei maggiori produttori italiani di aloe, in una delle sue serre di coltivazione.

Il genere Aloe una volta era inserito tra le Liliaceae, insieme a aglio e cipolla, ma recentemente è stato riclassificato nella famiglia delle Xanthorrhoeaceae.

Tra le specie più importanti abbiamo proprio Aloe vera (L.) Burm. f. (= Aloe barbadensis Mill.) e Aloe arborescens Mill.

Originarie dell'Africa meridionale e orientale, le aloe si sono diffuse in tutto il bacino mediterraneo anche in modo spontaneo. Non è raro trovarne esemplari maturi nei giardini siciliani, tunisini o egiziani.

L' *A. arborescens* ha un fusto più lungo e con foglie meno succulente dell'*A. vera*; è inoltre più resistente al freddo e possiede quasi il doppio dei principi attivi di *A. vera*.

In linea generale si può dire che l'*A. barba-densis* (= *A. vera*) è più utile per le applicazioni esterne (sulla pelle), mentre l'*A. arborescens* pare più efficace sull'intestino. Delle due, in verità, la farmacopea ufficiale riconosce solo alla *A. vera* le proprietà curative sulle ferite della pelle e proprietà lassative intestinali.

Una statistica ufficiale rileva che anche per le aloe siano state registrate forme di allergia in circa l'1% della popolazione.

Uno dei maggiori studiosi delle proprietà medicinali delle aloe è il prof. Hernàn Rodriguez Navas, docente universitario del Costa Rica, che nella buccia della foglia ha identificato antibiotici naturali e antrachinoni, come *aloina*, *barbaloina*, *isobarbaloina* e *antranoli*.

La gelatina di aloe contiene invece diversi zuccheri, tra cui l'*acemannano* che da solo pare possa curare 100 malattie differenti.

Sia gli antrachinoni che i polisaccaridi sono ritenuti sostanze antitumorali. In particolare, gli antrachinoni inducono un'elevata attività replicativa nei linfociti T citotossici e sui naturalkiller (cellule del sistema di difesa immunitario).

Le ricerche del prof. Navas indicano per i polisaccaridi, soprattutto l'*acemannano*, un facile assorbimento intestinale e un'azione forte sul sistema immunitario che si attiva nella produzione dei linfociti T gamma-delta ben presenti nelle circa 150 stazioni linfonodali dell'intestino; inoltre, pare dimostrino la messa in moto di una cascata immunitaria con la successiva attivazione di altre cellule del sistema immunitario. Il gran numero di malattie che l'aloè può curare pare si debba perciò attribuire all'attivazione del sistema immunitario.

Molte altre sostanze della pianta sono ancora sconosciute e sono oggetto di studi farmacologici. L'ultima sostanza isolata dall'università del Mississippi è l'*aloeride*, un polisaccaride presente in tracce nel succo di aloe (0,015%) e che ha la capacità di attivare i macrofagi del sistema immunitario.

In Italia le poche ricerche svolte sulle proprietà medicinali dell'aloè sono firmate dal gruppo padovano del professor Palù, che ha dimostrato la validità dell'aloè contro i tumori neuroectodermici che aggrediscono il sistema nervoso dei bambini.



Fig. 2 – A sinistra, piante di *Aloe vera*; a destra, piante di *Aloe arborescens*.

Note di coltivazione

L'azienda Dester produce a ciclo chiuso entrambe le specie partendo dalle talee staccate dal colletto delle piante madri.

Le aloe – prosegue Giuseppe Dester – hanno una doppia vocazione: oltre alla destinazione ornamentale per l'arredo degli interni ed esterni, trovano grande richiamo anche nell'industria farmaceutica che cerca espressamente gli esemplari di 4 o più anni di età. Pare siano infatti le foglie più mature le più ricche di principi attivi ad azione medicinale.

Il garden italiano, con qualche anno di ritardo rispetto a Francia, Spagna e Svizzera, ha triplicato negli ultimi 3 anni la richiesta di queste piante.

L'effetto d'arredo e la facile preparazione della melassa medicinale hanno infatti creato un vero richiamo commerciale sul mercato di massa.

La pianta, ci conferma Dester, è di facile gestione, in casa o sul balcone, ma va riparata dai geli nei 3 mesi freddi invernali. La temperatura minima di coltivazione è di 7-8 °C per la A. vera e 5 °C per la A. arborescens. Idealmente nel periodo invernale la temperatura non dovrebbe però scendere al di sotto dei 10 °C per avere piante di qualità.

Non vuole irrigazioni frequenti, non sopporta i terricci pesanti e richiede concimazioni a rapporto N:P:K di 3:1:3 in primavera e 3:1:5 in estate e autunno; il dosaggio fertilizzante è medio (1,5 g/l).

Il pH ideale del substrato è neutro trattandosi di specie calcifila e la salinità con metodo Sonnenveld pari a 0,80-1,00 mS/cm.

Il calcio è molto importante nelle fasi iniziali del ciclo.

L'azoto va usato con moderazione, il potassio diventa cruciale in estate e autunno.

Le parassitosi, che possono aggredirla, prosegue Dester, non sono molte ma diventano pericolose per il fatto che, trattandosi di una pianta "commestibile", non abbiamo la libertà di trattare con gli agrofarmaci tipici per la floricoltura.

Un aspetto cui teniamo molto sta nel fatto che le nostre piante di aloe sono prodotte senza l'uso di fitofarmaci di sintesi. Anche la concimazione è prevalentemente organica di origine vegetale (borlanda).

Tra gli insetti esistono diverse cocciniglie aggressive, un paio di afidi e alcuni tripidi mediterranei; tutti sono eliminabili ricorrendo a oli bianchi "estivi".

Le micosi non sono mai un problema quando si lavora con una buona climatizzazione ambientale che mantenga asciutte le foglie nelle ore notturne.

Temibili restano invece i marciumi molli da *Erwinia* spp. e *Pseudomonas* spp. sui quali si può agire solo in prevenzione con qualche irrorazione rameica nelle fasi di inizio ciclo.

Come prepararsi in casa la pozione magica

Come abbiamo visto – prosegue Dester – l'industria ha isolato glucosidi antrachinonici (attivi a livello intestinale), amminoacidi nobili, vitamine liposolubili (A-D-E-K) e alte quote di vitamine del gruppo B.

Un frate francescano brasiliano, Padre Romano Zago di Porto Alegre, ha fatto molto parlare di sé vantando una ricetta per la cura di molte forme tumorali. Ho incontrato personalmente Padre Zago nel 2002 – ci conferma Dester – e ascoltando i racconti dei suoi 25 anni di esperienze nella giungla amazzonica, ho deciso di diventare quotidiano utilizzatore del preparato di aloe.



Fig. 3 – Polpa di Aloe vera.



Fig. 4 – Succo di Aloe vera.

La ricetta è semplice: basta frullare 500 g di miele con 5 cucchiaini di grappa o cognac e 500 g di foglie mature di aloe. Prima di frullare il tutto è necessario lavare abbondantemente le foglie eliminando le spine dai bordi.

Il frullato può essere conservato in frigorifero anche 2 settimane: un cucchiaino prima di ogni pasto dà già, dopo 2 giorni, sensazione di benessere.

La polpa della foglia – conclude Dester – può essere spalmata tal quale sul cuoio capelluto per frenare la caduta dei capelli e sulla pelle del corpo nei punti che danno problemi di varia natura (scottature, eritemi, cicatrici, ecc.).