

AGLIO

Nome:
Aglio

Nome botanico:
Allium sativum L.

L'aglio è una pianta coltivata sin da tempi antichissimi. Linneo indica la Sicilia come patria di questa pianta, mentre altri botanici indicano l'Egitto, l'India o il deserto del Kirghisi. Il nome aglio sembra derivare dalla parola celtica "all", vale a dire "bruciante".

Componenti attivi principali:

Olio essenziale (0.1 - 0.3 %) contenente sostanze solforate quali: alliina, inodore, che si trasforma in allicina (da cui deriva l'odore tipico dell'aglio), ajoene, tiocinato di allile e molti altri composti.

Attività e impiego:

L'aglio possiede attività antisetica ed antibatterica, fluidificante il catarro dei bronchi ed espettorante. Queste attività lo rendono utile nei trattamenti delle bronchiti croniche, e delle malattie dell'apparato respiratorio in generale. Inoltre, la sua attività antiaggregante piastrinica, antiateromatosa, ipocolesterolemizzante e ipoglicemizzante lo rendono utile nelle aterosclerosi, nell'ipertensione arteriosa, nella claudicatio intermittens, nell'ipercolesterolemia e nel diabete. L'aglio è anche attivo contro alcuni vermi intestinali, quali ossiuri e ascaridi.

Posologia:

I preparati in opercolo a base di aglio in forma di estratto oleoso o di polvere (più efficace) devono essere assunti in ragione di 3 opercoli al giorno, lontano dai pasti. Dovessero tuttavia presentarsi bruciori gastrici, è preferibile assumerli ai pasti.

Qualità prodotto:

Un buon preparato a base di polvere di aglio dovrebbe contenere una quantità di allicina pari allo 0.6%.

Note:

I preparati a base di aglio potrebbero essere controindicati nelle gastriti acute e croniche, perchè irritanti per la mucosa gastrica. Essi sono inoltre controindicati in gravidanza, per l'effetto emmenagogo. I preparati a base di aglio possono esacerbare dermatopatie già esistenti e sono sconsigliati agli ipotesici.

DAL SITO: <http://www.plantamedica.it>