

Parliamo di Bee Propolis della Forever Living



La propoli

La propoli è prodotta dalle api ed è perciò composta principalmente da secrezioni resinose che le api raccolgono sugli alberi (pioppi, abeti, olmi, betulle, ecc.) e che poi mescolano con saliva e cera.

Le api utilizzano questa sostanza nei loro alveari sia come materiale da costruzione sia come **antisettico**. La propoli viene infatti applicata per “sterilizzare” l'alveare, in particolare l'entrata delle cellette destinate ad accogliere le uova, oppure per evitare la decomposizione di eventuali animaletti “intrusi” riusciti a penetrare nell'alveare, uccisi dalle api, ma troppo pesanti per poter essere trascinati fuori.

Cosa contiene

I flavonoidi svolgono un ruolo molto importante perché assicurano alla propoli gran parte delle sue proprietà antimicrobiche. In passato la spiccata **azione antibatterica e antifungina** della **propoli** veniva assegnata agli oli essenziali presenti nella propoli, ma oggi è stato provato come sono proprio i flavonoidi e in particolare **la galangina e la pinocembrina** ad assicurare alla propoli le sue preziose **proprietà antimicrobiche**.

A seconda della sede di raccolta il colore della propoli varia dal giallo-verde a rossastro fino al nero (prevalenza di betulle) con tutte le sfumature possibili tra i diversi colori. Così anche l'odore, molto aromatico, muta in base alle sostanze resinose presenti. Lo stesso vale per il sapore che

dal tipico acre-amaro arriva fino al dolce.

La consistenza della propoli dipende invece dalla temperatura ambientale, dura e friabile al freddo la propoli diventa malleabile appena la si manipola, malleabilità che aumenta man mano che la temperatura si avvicina ai 30°C. A temperature superiori diventa appiccicosa e viscosa, mentre a 65-70°C fonde.

Composizione chimica della Propoli

- Resine e balsami, che rappresentano il 50-55% del peso dell'estratto
- Cera, che rappresenta il 25-35% del peso dell'estratto. Questa frazione è caratterizzata da acidi grassi, aminoacidi, vitamine gruppo B, vitamina C e vitamina E
- Flavonoidi di vario tipo, che rappresentano il 10% del peso dell'estratto. Questa frazione è caratterizzata dalla galangina e da molti altri flavonoidi
- Polline, che rappresenta il 5% del peso dell'estratto
- Minerali, che rappresentano il 5% del peso dell'estratto

Proprietà utili della Propoli

È un prodotto usato da millenni, dotato di numerose proprietà, alcune delle quali riconosciute solo di recente.

Azione antibatterica

La propoli è uno dei migliori antibatterici naturali, la cui attività è di tipo sia batteriostatico, cioè capace di danneggiare i batteri ma non di ucciderli, sia battericida, cioè capace di distruggere i germi con cui viene a contatto. L'azione battericida si osserva a concentrazioni elevate del fitocomplesso, mentre a quelle più basse prevale quella batteriostatica. Tale azione sembra dovuta agli acidi organici e ai flavonoidi.

L'azione antibatterica si esercita soprattutto ai danni al

nucleo della cellula batterica, a danni ai mitocondri (i principali responsabili della produzione di energia nelle cellule) e alla membrana cellulare. **La propoli** è anche capace di inibire di circa il 50% la capacità dei batteri di aderire alle cellule ospiti e quindi di infettarle.

Azione antivirale

Alcuni studi indicano che la propoli ha una valida azione su molti ceppi di virus, tra cui quelli dell'influenza e dell'**herpes**. Questa azione è spiegabile in buona parte con la capacità della **propoli** di impedire sia l'aggancio dei virus alle cellule bersaglio sia la loro capacità di penetrare all'interno di esse infettandole.

Uno studio ha valutato l'effetto della propoli contro il virus dell'**herpes simplex**. Nello studio l'aggiunta della propoli prima o anche in concomitanza col virus inibiva la riproduzione del virus dell'Herpes simplex per circa l'80%, senza provocare alcun effetto tossico sulle cellule esaminate.

Quest'ultima azione è dovuta soprattutto ai flavonoidi, ma anche l'acido caffeico, i suoi esteri e l'olio essenziale sembrano essere attivi.

Azione antimicotica

La propoli è attiva su molti funghi che interessano lo strato superficiale della cute, mentre è poco efficace su quelli che si localizzano in profondità. Questa attività è presente sia prendendo la propoli per bocca sia applicandola, come pomata, sulla parte interessata. Interessante è la capacità della propoli (per la presenza di galangina) di **contrastare la Candida**, un tipo di fungo piuttosto diffuso che provoca infezioni alla bocca soprattutto nei bambini, negli anziani e in soggetti indeboliti da malattie oltre che nelle donne per la sfera ginecologica.

Azione anestetica locale e anti-infiammatoria

L'azione anestetica locale è di buona entità, simile a quella di alcuni anestetici locali di origine chimica, e sembra dovuta a principi attivi contenuti nella parte balsamica.

L'azione anti-infiammatoria della propoli è dovuta soprattutto alla sua capacità di inibire l'azione di alcuni enzimi che stimolano la produzione di alcune sostanze, come ad esempio i leucotrieni, dotate di intensa azione favorente l'infiammazione.

L'azione anti-infiammatoria è molto utile perché utilizzando **la propoli** in persone con infezioni e infiammazioni delle prime vie aeree si ha un ottimo coadiuvante per la risoluzione dei loro problemi contrastando con lo stesso prodotto sia l'infezione batterica, virale o fungina sia l'infiammazione che ad essa in genere è associata.

Azione immunostimolante

La propoli ha una valida azione immunostimolante ed è in grado di **aumentare la resistenza dell'organismo contro virus e batteri**, soprattutto stimolando l'attività dei globuli bianchi. Sicuramente rilevanti a tal fine sono i flavonoidi e la vitamina C presenti in questa sostanza.

Infatti è stato notato che la propoli provoca un aumento dell'attività dei globuli bianchi e dei macrofagi e della loro capacità di attaccare e distruggere gli ospiti indesiderati.

In particolare è stato indagato il suo effetto sulla produzione di citochine (le citochine sono molecole proteiche prodotte dal sistema immunitario in risposta ad uno stimolo ed esplicano attività di difesa dell'organismo).

Uno studio clinico ha valutato l'effetto della propoli sui livelli di citochine, dimostrando l'aumento della produzione delle stesse quindi confermando **i positivi effetti della propoli sul sistema immunitario**.

Azione antiossidante

L' azione protettiva della propoli contro i danni provocati dai radicali liberi, è legata soprattutto ai flavonoidi, agli acidi organici e alle **vitamine C ed E**.

La propoli è in grado di intrappolare la maggior parte dei radicali liberi e di inibire il fenomeno dello stress ossidativo, che danneggia gravemente i tessuti. Questa azione è molto importante, soprattutto perché i **danni provocati dai radicali liberi** sono in continuo aumento anche a causa dell'inquinamento ambientale.

Indicazioni e modo d'uso della Propoli

Le indicazioni principali dalla medicina integrata: coadiuvante per **malattie da raffreddamento delle prime vie aeree**, soprattutto come curativo ma in parte anche come preventivo, infezioni della bocca, **acne giovanile**, piccole infezioni cutanee.

Azione prevalente: anti-infettiva.

Altre azioni:

- **immunostimolante,**
- **anti-infiammatoria,**
- **antimicotica,**
- **antiossidante,**
- **anestetica locale.**

Modo d'uso

le compresse a base di propoli da ingerire vanno prese al mattino al risveglio e nel tardo pomeriggio, quindi lontano dai pasti. I prodotti a base di propoli da masticare o da lasciare sciogliere in bocca vanno utilizzati 3-4 volte al giorno, evitando di mangiare o di bere per circa 1 ora dopo il loro utilizzo.

Effetti collaterali

salvo particolari e rari casi individuali non si rilevano effetti collaterali.

Controindicazioni

nessuna conosciuta.

Interazioni con cure farmacologiche tradizionali nessuna conosciuta.

Dati tossicologici

la propoli è un prodotto praticamente atossico.

BUON LAVORO a tutti.

Dr. Maurizio Mariscoli

Consulente Industriale per il Farmaco, Procuratore presso il
Ministero

della Salute per Farmaci, Cosmetici, Dispositivi medici,
Integratori

alimentari e Veterinaria. Consulente scientifico FLP Italy.

Tratto dal Notiziario di Dicembre 2010 della **Forever Living**

Products

ACQUISTA ORA FOREVER BEE PROPOLIS