

Tintura de Propóleo:

¿Qué es el propóleo?

El propóleo no ha sido procesado más allá del mínimo necesario para formar parte de las formulaciones. El propóleo que usamos es de calidad y de nuestras propias colmenas. El propóleo o propóleos es una resina cérea, de composición compleja y consistencia viscosa, que las abejas elaboran a partir de partículas resinosas de diferentes vegetales y que utilizan en la construcción, reparación y protección de la colmena. Ampliamente utilizado desde la antigüedad con diversas finalidades, actualmente se investigan las acciones, efectos y posibles usos del propóleo en biología y medicina, destacando su utilización como suplemento dietético, como cosmético natural y en la industria farmacéutica.

¿Qué contiene el Propóleo?

En el propóleo se han aislado más de 180 componentes. Destacan las resinas y bálsamos, que contienen flavonoides y ácidos fenólicos o sus ésteres (50%); contenidos muy variables de ceras (7.5 - 35%) que afectarán a los correspondientes restantes componentes; aceites volátiles (10%); polen (5%) e impurezas (4.4 - 19.5%). También contiene pequeñas cantidades de terpenos, taninos, restos de la secreción de las glándulas salivares de las abejas y, dependiendo del origen, posibles contaminantes. Los compuestos activos son los bioflavonoides que incluyen flavonas, flavonoles, flavononas y flavononoles. La mayoría de los estudios que se realizan se centran en determinar su contenido en flavonoides y el posible uso médico de estos.

¿Como tomar la tintura de Propóleo?

La dosis de tintura de propóleo La dosis administrada dependerá siempre del problema que se trate. Por ejemplo, por las mañanas en ayunas y por la noche se pueden tomar 6 gotas en un vaso de agua, zumo, café, infusiones, etc...



¿Cuál es la dosis segura de propóleo?

La Administración de la Alimentación Segura en Europa propuso una dosis para el consumo del propóleo: de 0.7 a 1.3 gramos, siendo la dosis más alta segura de 2 gramos por día por kilo del cuerpo humano que lo esté consumiendo. Claro que siempre es recomendable comenzar a consumir el propóleo con dosis menores para comprobar la compatibilidad o incompatibilidad con posibles reacciones alérgicas.

Beneficios para la salud

-Propóleo contra el acné:

Debido a sus propiedades antiinflamatorias y antibacterianas, el propóleo es altamente eficaz para combatir los problemas de acné, especialmente aquellas que se forman en las áreas sudoríparas.

-Garganta:

Es reconocido para el tratamiento de dolores de garganta e irritación, pues posee propiedades antisépticas que ayudan a que desaparezcan estos malestares. Además, ayuda a evitar las caries y el mal aliento.

Ayuda a combatir resfriados, es un aislante natural para heridas y una valiosa fuente de energía.

-Hígado:

Diversos estudios constatan que el propóleo disminuye los problemas del hígado graso, debido a sus propiedades inhibitorias que le permiten actuar como citoprotector. Mezcla 2 cucharadas soperas con agua caliente y un té de hierbas de tu preferencia. Puedes agregar unas cuantas gotas de limón. Tómallo 1 o 2 veces al día.

-Quemaduras:

Para quemaduras superficiales leves o de primer grado, el propóleo puede ayudar para cicatrizar y evitar posibles infecciones.

-Aparato digestivo:

Posee propiedades antiparasitarias sorprendentes, pues al consumirlo llega a todo el organismo, a diferencia de otros desparasitantes, que solamente llegan al tracto digestivo. Además, combate la bacteria *Helicobacter Pylori*, que ocasiona las úlceras gástricas.

Antioxidante que protege de la oxidación aceites y lipoproteínas séricas mediante actividad antirradicales libres y efecto inhibidor sobre ion cuproso.

Antibacteriano y antifúngico eficaz frente a la acción de muchas especies de microorganismos y hongos debido a su contenido en agliconas flavónicas y compuestos fenólicos.

Antivírico por su contenido en fenoles como los ésteres cafeico y felúrico.

El propóleo es un estimulante de la inmunidad por vía oral.

Antiinflamatorio y analgésico también por la acción de ciertos fenoles como el ácido fenil-etil cafeico o la kaempferida.

Antitóxico capaz de inhibir la acción de la quimio toxicidad gracias a la galangina, otro flavonoide. Remineralizante del esmalte dentario y anticaries.



Contraindicaciones

El propóleo es relativamente atóxico, dosis diarias de 1400 mg. También hay que tener en cuenta que siempre existe un porcentaje bajo de la población alérgica a alguno de sus componentes por lo que es necesario una prueba previa antes de la decisión del consumo o aplicación externa.

Lo más importante a la hora de ingerir propóleo es siempre vigilar con no superar las dosis máximas de consumo recomendadas.

Para los adultos, existe una escala que puede ayudarte si vas a ingerir este complejo vitamínico vía oral, que es la siguiente: 5 mg por cada kg de peso al día. Es decir, si multiplicas tu peso por 5 es la cantidad, en miligramos, que puedes tomar cada día de propóleo. Por ejemplo, si pesas 75 kg puedes consumir 375 mg de este antibiótico natural cada día.

Debes seguir las instrucciones de consumo que te encontrarás en los preparados de propóleo a fin de que tu cuerpo lo tolere y puedas aprovecharte de sus efectos beneficiosos. Lo importante si tomas propóleo es que jamás lo tomes de manera continuada, sino que debe ser consumido durante un período de tiempo concreto. Excederse en cantidad y en tiempo puede provocar problemas digestivos y trastornos gastrointestinales.

Existe cierta probabilidad de ser alérgico al propóleo, así como a otros productos procedentes de la apicultura o las abejas. Si eres ya alérgico a la miel o a la jalea real, no es conveniente tomar propóleo. No obstante, puedes tomar unas gotas de prueba o utilizarlas sobre tu piel para observar si producen alguna reacción alérgica. Si no te sientes capaz de probar por miedo a una reacción, es mejor que lo evites o que consultes directamente a tu médico.

Algunas de las reacciones alérgicas que puede ocasionar el consumo de propóleo son irritación, llagas o aftas bucales, malestar digestivo o trastornos gastrointestinales como la diarrea. Es conveniente que te cerciores de antemano para saber si eres apto o no para tomar este producto.

Si estás embarazada o estás en periodo de lactancia no puedes tomar propóleo.

Por último, es totalmente desaconsejable tomar propóleo en caso de sufrir asma o algún otro problema respiratorio, más aún si éste es provocado por cualquier tipo de alergia, ya que con el consumo de esta sustancia se podrían aumentar y empeorar los síntomas alérgicos naturales.

En nuestra zona se localizan propóleos con tonalidades rojizas, anaranjadas, marrones, verdosas y casi negruzcas, cuya procedencia botánica es muy diversa: chopos, brezos, pinos, jaras, cipreses, etc. Su composición ...

-Tener contenidos elevados de principios activos.

Entre los principios activos del propóleo destacan sus propiedades antivirales. Esta sustancia contiene flavonoides que son conocidos como un útil y un práctico antiviral. Su ingesta ayuda a fortalecer el sistema inmunológico contra enfermedades como el resfriado y la tos.



-La Miel:

La miel es el resultado del néctar de las flores extraído y modificado por las abejas, que sirve de alimento energético a toda la colmena y que almacenan también para la época invernal, llegando a producir hasta 150kg de miel.

Propiedades de la Miel:

Diferentes estudios corroboran que la ingesta regular de miel mejora el estrés crónico, las enfermedades del estómago, fortifica el corazón. Tiene propiedades sedantes. Es una fuente de nutrientes (manganeso, hierro, cobre, etc.) para la sangre, el corazón, los músculos y el cerebro.

Los egipcios ya hablaban de sus propiedades para curar heridas, enfermedades gástricas, intestinales, renales y oculares y los griegos de las fortificantes, desinfectantes, hepáticas, expectorantes, e incluso rejuvenecedoras.

Se puede aplicar en forma de emplastos, sobre quemaduras y heridas, para calmar la zona afectada, disminuyendo el dolor y escozor, gracias a su efecto antiséptico.

Aunque su uso más extendido es como calmante en gripes y dolores de garganta. Al ser sus componentes naturales, no entran en contradicción con casi ningún tipo de medicamento. Cuando la miel es de producción natural, se pueden sentir los sabores y los aromas de las flores de las que fue tomado el polen.

-La Jalea Real:

La jalea real es la leche de las abejas, se utiliza exclusivamente para alimentar a las larvas y a la abeja reina.

Su consistencia es cremosa, su color levemente amarillo y su sabor es parecido al yogur natural. Es muy rico en proteínas, azúcares, extractos de éter, nitrógeno, azufre, fósforo y vitaminas.

Propiedades de la Jalea Real:

Tiene propiedades energéticas, estimulantes, rejuvenecedoras, vasodilatadoras, antidiabéticas, antitumorales, antioxidante, fortalece el sistema inmunológico, estimula el crecimiento, actúa contra la artritis, la fatiga crónica, el estrés, trastornos alimenticios, anemia, eczemas, hipertensión, arteriosclerosis, neurosis, insomnio, incontinencia urinaria, impotencia sexual, disminuye la tasa de colesterol, acelera la regeneración de los huesos, tiene poder antibacteriano y es una alternativa para el mal de Alzheimer y la esclerosis múltiple.

La miel, el polen y la jalea real constituyen una poderosa alternativa de probado valor terapéutico. Su acción sanadora reside en el riquísimo contenido de sustancias biológicas activas, y en las vitaminas, enzimas, aminoácidos, hormonas y antibióticos que aportan.



www.fincalamajada.com

Producto Nacional 100%
Producción Apícola.
Producción Primaria.



Finca La Majada

M.^a Esmeralda Marcos González
C/ Subida a Santiago, 7, 40.300
Sepúlveda, Segovia, España
+34 620.650.079. Pedidos
+34 606.807.254. Almacén
apiculturalamajada@gmail.com



Finca La Majada
Apicultura artesanal

