

Il Polline

E' un alimento completo. Ci potremo nutrire di polline per mesi senza rischiare malattie da carenza alimentare. E' eccezionalmente nutritivo per le api e per l'uomo.

L' introduzione del polline nella pratica medica fu casuale. Lo studioso Sovietico Tutzine, nel 1946 notò che i centenari, che stava studiando, erano in maggioranza apicoltori e facevano uso giornaliero di polline.

Ma cosa è il polline? E' il seme maschile dei fiori che grazie al vento ed , appunto, alle api viene trasportato da un fiore all'altro. Le api in agricoltura sono importantissime perché permettono l' impollinazione. Recentemente, lavori di ricerca fatti da medici spagnoli, hanno messo in evidenza che somministrando il polline a lungo non si avevano reazioni anafilattiche (allergie) nè anticorpi. Ricordiamo che il polline raccolto dalle api è diverso da quello che in primavera aleggia nell'aria, responsabile appunto di malattie allergiche.

Tra i prodotti dell'alveare è quello più equilibrato nei suoi vari componenti , è infatti per metà alimento dinamogeno (miele), che dà energia, e per metà plastico (gelatina reale) che fornisce proteine.Sono più di 50 le sostanze attive che le analisi di laboratorio hanno riscontrato nel polline

Di rilievo sono:

- Vitamine: B1,B2, B5, B6,PP, C .
- Minerali: Potassio, Magnesio, Calcio, Ferro, Silicio, Fosforo .
- Aminoacidi: Dei 22 aminoacidi conosciuti 20 sono presenti nel polline ad alta concentrazione.

Interessante è la presenza di un aminoacido solfato, la metionina, che fa parte di quei fattori alimentari che impediscono l'infiltrazione grassa nel fegato o la curano se è già presente. Queste infiltrazioni grasse sono il preludio della cirrosi epatica.

Importante

è anche la presenza della rutina. Questa protegge i capillari sanguigni, un deficit di rutina provoca un aumento di permeabilità e fragilità delle pareti dei capillari e quindi è una protezione anche per le emorragie.

Proprietà:

- Rafforza il sistema immunitario.
- Combatte i radicali liberi.
- Ha una efficace azione antianemica
- Aiuta le funzioni digestive ed intestinali.
- Stabilizza l'appetito, combatte gli stati di astenia, nevrosi, depressioni.
- Possiede una notevole azione epatoprotettiva e interviene positivamente nei processi arteriosclerotici in atto.
- Aiuta nelle affezioni della prostata e interviene a restituire virilità a chi ha difficoltà funzionali.
- Spiccate proprietà antinfiammatorie e riequilibranti per l'intero organismo .

USO : 1 cucchiaino al giorno la mattina, a digiuno. Può essere assunto allo stato naturale o miscelato al miele o bevande calde.