



JALEA-REAL

ALIMENTO: natural para su energía vital, defensas, reconstituyente, memoria, etc.....

LA JALEA REAL ES SUPLEMENTO MUY POPULAR QUE APORTA VITALIDAD Y ACTÚA COMO UN RECONSTITUYENTE DE NIÑOS, ADULTOS, DEPORTISTAS, CONVALESCIENTES Y PERSONAS DE LA TERCERA EDAD QUE NECESITAN UN EXTRA DE ENERGIA NATURAL.

USOS

Ayudan contra la fiebre del heno.
Ayudan a tratar las escoriaciones de la piel.

QUE SON

Existen comercializados tres tipos de productos apícolas (o de abeja): polen, própolis y jalea real. El más conocido es el primero. Una vez que las abejas lo extraen de las flores, lo comprimen en bolitas que los apicultores toman de las colmenas. (Otro tipo de polen, que también se comercializa como polen de abeja, se recoge directamente de las plantas, no de las colmenas.) El polen de abeja contiene vitaminas B, carbohidratos y diversas enzimas; el própolis (también llamado goma apícola) es una resina viscosa que las abejas recolectan de las resinas y secreciones que cubren las yemas de los brotes del álamo, abedul, roble, castaño silvestre y otros árboles en las cercanías de donde tienen situadas las colmenas y usan para reparar grietas en las colmenas, y la jalea real es una sustancia blanca lechosa, producida por las glándulas salivares de las abejas obreras para alimentar a la abeja reina. (El contenido nutritivo de la jalea real quizá explique la fertilidad, gran tamaño y mayor longevidad de la reina.)

COMO ACTÚAN

Los productos apícolas, sobre todo el polen, se ofrecen casi como panaceas. Sus defensores afirman, entre otras cosas, que retardan el envejecimiento, mejoran el rendimiento físico, aumentan la inmunidad, combaten bacterias y alivian los síntomas de alergias y la fiebre del heno. Sin embargo, la limitada investigación que se ha realizado al respecto no sustenta las exageradas afirmaciones que se han hecho sobre los productos apícolas.

PRINCIPALES BENEFICIOS

Al parecer, el polen de abejas evita estornudos, escurrimiento nasal, ojos llorosos y otros síntomas de las alergias estacionales. Algunos científicos creen que ingerirlo en pequeñas cantidades puede desensibilizar a una persona de sus compuestos alérgicos (igual que las vacunas). Como el organismo produce anticuerpos al estar expuesto incluso a minúsculas cantidades de polen, el sistema inmunitario lo "recuerda" evitando una reacción extrema que causa síntomas clásicos de alergia.

Pero esta teoría aún está en estudio y mientras se obtienen resultados, el polen de abeja parece no ser dañino para la mayoría de las personas. Varios defensores afirman que para recibir todo el beneficio antialérgico, las personas deben usar polen de una fuente local, lo cual los desensibilizará de los tipos de polen específicos de su propio ambiente.

OTROS BENEFICIOS.

El própolis puede ayudar a suavizar la piel o a cicatrizar heridas. Aunque las investigaciones han confirmado que contiene compuestos antibacterianos, no son tan eficaces contra las infecciones como los antibióticos habituales o los ungüentos antibióticos de venta libre. Por otro lado, existe la posibilidad de que desencadene dermatitis de contacto y otras reacciones alérgicas en las personas que lo consumen.

Debido a que la jalea real favorece el crecimiento, fertilidad y longevidad de las abejas reina, machos creen que hará lo mismo con los humanos; sin embargo, no hay pruebas que sustenten este punto de vista, así que parece ser que existen pocos motivos para usarla.

CÓMO TOMARLOS

DOSIS. La cantidad de polen de abeja necesaria para aliviar los síntomas de alergia varía de una persona a otra. Empiece con pocos gránulos al día y aumente la dosis en forma paulatina, hasta llegar a 1 o 3 cucharaditas colmadas al día, como máximo.

RECOMENDACIONES. Antes de la temporada de la fiebre del heno, empiece a tomar un poco de polen diariamente; unos cuantos gránulos o parte de un comprimido. Si no presenta ninguna reacción nociva (vea más abajo) aumente la dosis poco a poco hasta que cedan los síntomas de la alergia. Tome los suplementos de polen con mucha agua; también puede mezclar el polen deshidratado o fresco con zumo o espolvorearlo en la comida.

PRESENTACION. Envase de 90 perlas de 542 mg.