



# L'ALOÉ VERA

## Qu'est-ce que l'Aloé Vera et quelle est son utilisation ?

L'Aloé Vera est une plante vivace originaire d'Afrique du Nord, utilisée comme cosmétique et connue pour ses vertus cicatrisantes et anti-inflammatoires depuis plus de 5000 ans.

L'Aloé Vera peut être utilisée par voie interne en cure de jus ou en gel pour :

- augmenter la résistance de l'organisme ;
- rééquilibrer le terrain ;
- régulariser le transit (léger effet laxatif, cicatrisation des lésions du tube digestif, notamment en cas d'acidité et de ballonnements) ;
- lutter contre la mauvaise haleine ;
- revitaliser l'organisme (multivitamines, minéraux et oligo éléments) ;
- désintoxiquer l'organisme.

L'Aloé Vera peut être utilisée par voie externe pour :

- les problèmes dermatologiques ;
- les irritations ;
- les fesses des nourrissons ;
- l'herpès buccal et génital (voie interne et externe) ;
- les problèmes du cuir chevelu ;
- les brûlures ;
- les coups ;
- les coupures ;
- les problèmes de gencives et caries.

Dans le cas d'une utilisation externe, utiliser une compresse pour les coups, coupures et brûlures. À renouveler régulièrement. Appliquer et faire pénétrer pour les problèmes dermatologiques : psoriasis, pores dilatés, cicatrisations difficiles.

C'est un très bon produit pour les personnes âgées qui ont souvent des problèmes digestifs de la bouche aux intestins et qui ont besoin d'un produit à la fois doux pour leur organisme et revitalisant. L'Aloé Vera convient aussi aux enfants à partir de 3 ans.

À conserver au frigo une fois ouvert.

**LE BIO ACCESSIBLE À TOUS :  
UNE NÉCESSITÉ**



# L'ALOÉ VÉRA

## Bien choisir son Aloé Véra

Pour bien choisir son Aloé Véra, il est important de faire attention à la qualité du produit. La majorité des produits en vente sont des jus reconstitués à partir de poudre d'aloé déshydratée ou lyophilisée.

Les Aloés d'Amérique du Sud sont la plupart du temps vendus congelés. Toute la plante est broyée sans épluchage, nécessitant alors un filtrage chimique et donc une déperdition des éléments constitutifs de la plante. La stabilisation à froid, une autre méthode courante, consiste à broyer les feuilles sans épluchage et à y ajouter de l'eau pour diluer. À noter également qu'en Amérique du Nord, un jus déshydraté a droit à l'appellation «100% naturel».

Les jus qui n'ont pas de conservateur (100% pur jus) ont obligatoirement subi un traitement artificiel, pasteurisation ou irradiation. Certains ajoutent du «concentré» d'aloé, obtenu par des moyens chimiques pour «renforcer» leur jus qui a bien sûr perdu ses propriétés avec toutes les manipulations qu'il a subies. De même, les gels d'aloé peuvent contenir des conservateurs synthétiques (sorbate de potassium, responsable d'allergies).

## Nos coups de coeur

Nous avons sélectionné pour vous la marque NaturAloé pour la qualité des composants de ses produits et également parce qu'il s'agit d'une marque qui produit son propre Aloé, contrôlant ainsi au maximum ses produits.

**LE BIO ACCESSIBLE À TOUS :  
UNE NÉCESSITÉ**