

Argan

(Argania Spinosa)

L'Argan (Argania Spinosa) Ã¨ una pianta spontanea sempreverde delle Sapotacee, da cui si estrae un preziosissimo olio (occorrono circa 100 kg di drupe per ottenere un litro) giustamente considerato l'oro verde del Marocco, suo paese d'origine. Considerata una pianta "sacra", il suo olio Ã¨ utilizzato tradizionalmente dalle popolazioni berbere per curare la pelle, ma viene anche impiegato nell'alimentazione e nel nord Europa Ã¨ abbastanza richiesto sia per la presenza dei suoi preziosi componenti sia per il caratteristico sapore di nocciole tostate.

Estratto da tempo immemorabile dalle donne che si tramandano di madre in figlia i segreti della sua raccolta e lavorazione, questo preziosissimo fitoestratto trova svariati impieghi: per **difendere la pelle** dai cocenti raggi del sole, come impacco per la **cura dei capelli** (li rende lisci, morbidi e lucenti), per **lenire e decontrarre i muscoli**.

Alcuni recenti studi hanno evidenziato che la pelle delle persone che tradizionalmente lo utilizzano, pur avendo una esposizione alta ai raggi del sole, non risente dei danni dell'invecchiamento come ci si potrebbe aspettare. Questa osservazione ha incentivato degli approfondimenti scientifici portando alla scoperta che oltre alle proprietÃ sopra esposte, Ã¨ anche un alimento curativo con **proprietÃ antiossidanti, antiradicali liberi** (contiene **Omega 3, Omega 6 e Vit. E**), che aumenta le difese immunologiche e aiuta a contrastare diverse affezioni cutanee quali: acne, eczema, psoriasi, bruciature, ecc. Tali proprietÃ si manifestano sia per un utilizzo topico che interno.

L'Argan contiene numerosi e preziosi principi attivi, fra i quali ricordiamo acidi grassi essenziali polinsaturi: alfa-linolenico (omega 3) e linoleico (omega 6), altri acidi grassi insaturi reidratanti cutanei, diversi polifenoli ugualmente anti-ossidanti e anti-radicali liberi, alcuni fitosteroli rigeneranti per l'epidermide e il derma e infine triterpeni lenitivi e protettivi cutanei.