

Sesamo

Sesamum Indicum

Il sesamo, *Sesamum Indicum*, appartiene alla famiglia delle Pedaliacee. È una pianta alta fino ad un metro, originaria dell'India. Attualmente è coltivata anche in Cina, USA, America Centrale ed Estremo Oriente.

PARTI USATE

I frutti contengono molti piccoli semi ovali da cui si ricava l'olio, ricchissimo in lipidi.

PRINCIPI ATTIVI

L'olio, giallo, di odore e sapore gradevole, relativamente stabile alle ossidazioni, contiene: acido oleico, acido linoleico, oltre 1,5% di insaponificabili fra i quali fitosteroli, sesamina, sesamolina e sesamolo, sostanze proteiche (20%), sali minerali (5%) e inoltre una piccola quantità di lecitina.

PROPRIETÀ

L'olio di sesamo, grazie al suo gradevole sapore ha trovato vasti impieghi nell'industria alimentare. In campo farmaceutico viene utilizzato come prodotto anti-infiammatorio, delicato lassativo, emolliente e lubrificante.

A livello cutaneo, per i suoi particolari fitosteroli, in saponificabili e acidi grassi insaturi svolge una buona **azione schermante - antisolare e rigenerante cutanea**. Viene quindi impiegato in oli ed emulsioni antisolari sia come eccipiente che come elemento attivo per coadiuvare l'azione filtrante antisolare e in creme anti-età.

Fra tutti gli oli vegetali può essere considerato **il più valido nell'attività filtrante**.