**Babosa**

 A natureza nos apresenta diversas plantas medicinais, com inúmeros benefícios tanto para a saúde quanto para a estética. A Babosa, conhecida também como Aloe Vera, é uma delas.

O uso de plantas medicinais em processos de cura e beleza é uma forma de tratamento antiga, onde nossos antepassados há milhares de anos, descobriam os benefícios de terapias naturais.

Conheça os benefícios que esta planta pode trazer para a sua vida e comece a hoje mesmo desfrutar de tratamentos a base de babosa.

**Benefícios para a pele**

 **Hidrata a pele**

 Este é um dos benefícios mais conhecidos da Babosa. Por apresentar uma capacidade de acelerar o processo regenerativo da pele, esta planta é um excelente e potente hidratante natural.

 Basta você extrair a parte de dentro da folha da Babosa, e aplicar diretamente na pele do rosto ou qualquer parte do corpo. Deixe agir o quanto quiser, pois, quanto mais tempo, mais profunda será a absorção dos seus benefícios.

 **Trata espinhas**

 Uma das vantagens de tratar a pele com a Babosa é que esta apresenta função bactericida, ou seja, é uma forte aliada contra as espinhas inflamatórias.

 Acelerando a recuperação da pele e acalmando o aspecto de “vermelhidão”. Além de secar as espinhas mais rápido, pois intensifica a restauração da área comprometida.

 Basta aplicar em cima das espinhas e deixar que a pele absorva o máximo de tempo possível.

 **Trata queimaduras**

Sabe aquelas queimaduras incômodas causadas pelo Sol? Então, a Aloe Vera é uma ótima opção para quem tem estes problemas.

 Seu efeito calmante e regenerador auxiliam no processo de recuperação da pele queimada, além de hidratar e evitar que a mesma “descasque”.

 Além de aliviar a sensação de ardência nas regiões afetadas.

 Para sentir seus efeitos, basta aplicar uma camada generosa do gel encontrado na folha da Babosa diretamente na pele irritada. Não é necessário enxaguar, afinal, quanto mais tempo o produto na pele, melhor os resultados.

 **Efeito cicatrizante**

Outra dica bem conhecida é a de aplicar Babosa em machucados, feridas e picadas de inseto.

 Por apresentar um efeito coagulante, quando a Babosa entra em contato com o sangue do ferimento, a mesma acelerará o processo de coagulação, formando uma barreira mais rápida entre o machucado e o ambiente.

 Não causa ardência ao ser aplicada diretamente em regiões comprometidas, muito pelo contrário, seu efeito calmante irá aliviar a dor e a sensação de queimação que muitas feridas provocam.

 No caso de picadas de inseto, para quem tem alergia, a Babosa alivia quase que instantaneamente a coceira e o vermelhidão.

 Basta você aplicar uma quantidade razoável diretamente no machucado ou picada, deixando o produto secar em cima da sua pele. Se necessário, feche o ferimento com uma gaze. Assim você manterá o Aloe Vera mais tempo em contato com a pele.

 **Minimiza manchas na pele**

Para quem sofre com manchas de melasma na pele, a aplicação regular de Babosa pode auxiliar na minimização deste problema.

 Gradativamente a pele irá regenerar e se recuperar da mancha, dando cada vez mais a impressão de uma pele mais uniforme e corrigida.

 Aplique diariamente uma boa quantidade do gel da Babosa em cima das suas manchinhas, deixando agir o tempo que desejar. Ou ainda, aplique além das manchas, para garantir uma hidratação uniforme de toda a pele.

**Benefícios para os cabelos**

 **Hidrata profundamente os fios**

Acredita-se que este seja o benefício mais potente da Babosa. Ela hidrata profundamente os cabelos, recuperando os fios mais danificados.

 Reduz a quebra, fortalecendo a fibra do fio de dentro para fora.

 O efeito brilho instantâneo é perceptível logo após o enxágüe do produto. Existem inúmeras maneiras de aplicar o Aloe Vera nos cabelos, mas você pode até passar ela pura nos fios.

 Entretanto, misturá-la com óleo de coco, banana ou cenoura, formará uma máscara capilar ainda mais poderosa para quem tem problema de cabelos fracos e opacos.

 Deixe essas misturinhas agir por 40 minutos, utilizando uma touca térmica, e você verá resultados surpreendentes nos seus cabelos.

 **Combate a queda capilar**

Quando aplicada frequentemente e diretamente no couro cabeludo, a Babosa combaterá a queda capilar.

 Basta massagear uma quantidade generosa de Aloe Vera rente a raiz dos fios, deixando que a pele absorva bem o produto.

 Deixe agir por 30 minutos e enxágüe normalmente. Se mantiveres uma freqüência neste tratamento, os resultados serão ainda mais notórios.

 **Previne e elimina a caspa**

Ao tratar o couro cabeludo com Babosa, além de acelerar o crescimento dos fios, fortalecer sua raiz e dar um brilho extra, o Aloe Vera irá ainda tratar e eliminar a caspa e outras dermatites.

 Aplicando o gel da Babosa diretamente na raiz dos cabelos, a mesma irá se encarregar de hidratar profundamente a pele, evitando a descamação causada pela caspa, e aliviará a coceira.

 Assim, gradativamente eliminará este problema e ainda, com o uso contínuo, evitará o seu reaparecimento.

**Benefícios para o aparelho digestivo**

Além de todos os benefícios que já vimos até aqui, a Babosa ainda auxilia nosso processo digestivo de maneiras muito eficazes.

 Para isto, basta você ingerir um copo de suco de Aloe Vera de uma a no máximo duas vezes por semana, e você já perceberá resultados.

 **A receita é bem simples:**

* Colha duas folhas de Babosa bem “recheadas”, cortando-as próximas a raiz da planta, mas sem agredi-la.
* Em seguida descasque folha por folha, removendo o gel e o colocando no liquidificador. Separe apenas o gel do interior da folha, evitando o mais amarelado que aparece rente a casca.
* No liquidificador, adicione um suco cítrico, de sua preferência. Bata até formar uma mistura homogênea. O seu suco está prontinho para ser consumido.

 **Alivia a prisão de ventre**

A Babosa aumenta o movimento intestinal quando ingerida, provocando uma sensação laxante.

 Assim, elimina a constipação intestinal além de prevenir o seu reaparecimento.

 **Melhora a saúde digestiva**

A Babosa contém uma grande quantidade de enzimas, que são necessárias para que o processo digestivo de nosso corpo funcione corretamente.

 Assim, sua ingestão regular aumentará o aproveitamento de carboidratos, proteínas e gorduras no organismo.

 Ainda, melhora o funcionamento do intestino e do estômago, diminuindo a acidez (como azia), evitando diarréia e constipação intestinal.

 **Efeito desintoxicante**

Nas propriedades do Aloe Vera encontramos o chamado ácido unórico, responsável pela eliminação de toxinas no corpo.

 Assim, a ingestão de Babosa melhora significativamente na eliminação dessas toxinas que possam ficar “paradas” em nosso corpo.

**Benefícios para o corpo todo**

 **Energético natural**

Diminui o estresse e até mesmo a anemia, provocando um aumento na disposição e na energia corporal.

 Sua composição apresenta-se de uma maneira rica para o organismo, com dezenove aminoácidos essenciais para o equilíbrio de nossa saúde. Responsáveis por formar estruturar proteínas, que são a base de nossos tecidos e células.

 Além de possuir todos os elementos responsáveis e indispensáveis para o nosso metabolismo e atividade celular.

 Basta consumir de um a dois copos do suco semanalmente e pronto.

 **Relaxante**

Seus efeitos relaxantes vão além dos tratamentos de pele, a ingestão regular do suco de Aloe Vera desencadeia um efeito ligeiramente calmante, que irá lhe deixar relaxado e tranqüilo.

**Benefícios contra doenças**

 **Aumenta a imunidade**

Por apresentar elevadas quantidades de vitamina C, a Babosa aumenta significativamente a capacidade imunológica em nosso corpo. Lutando assim contra gripes e resfriados, além de abaixar a febre e auxiliar em doenças até mesmo como câncer.

 **Combate dores musculares**

A aplicação do gel da Babosa como um creme massageador, nas regiões atingidas por dores musculares, apresenta resultados incríveis.

 Diminui a dor, uma vez que seus princípios ativos penetram até a camada mais profunda da pele, tratando as dores causadas por questões inflamatórias.

 Bloqueando os receptores da dor, é como se a Babosa fosse um anestesiante natural, acalmando e relaxando a região dolorida.

 **Controla o colesterol**

Quando ingerida regularmente, a Babosa pode controlar o colesterol.

 Sua função de estabelecer o aumento da circulação sanguínea proporcionara a eliminação – gradativa – de gorduras presentes nas artérias.

 Assim, consequentemente diminuirá o colesterol.

 **Rival das pedras nos rins**

Que esta planta tem o poder de expulsar as toxinas de nosso corpo, a gente já sabe. Mas por conta dessa funcionalidade, a Babosa ainda auxilia os rins na expulsão de agentes maléficos para o corpo.

 Dessa maneira, os rins funcionarão de maneira mais rápida e eficaz, evitando a tão temida pedra nos rins.

 **Combate doenças bucais**

 Os seus incríveis ativos aliviam ainda doenças bucais como gengivite e aftas, acelerando o processo regenerativo da pele.

 Assim, a ingestão de um copo semanal aliado com a aplicação do gel diretamente nas feridas bucais, o processo de recuperação será ainda mais rápido e eficaz.

**A Babosa como o remédio natural mais conhecido**

 Não é de hoje que se sabe de todos esses benefícios. Entretanto, é necessário sempre pesquisar e aprender um pouco mais sobre o assunto.

 Assim, seguindo receitas simples poderemos ter uma vida mais saudável com a ingestão de produtos naturais, que dificilmente apresentarão efeitos colaterais para nossa saúde.

 Mas não se esqueça: tudo em excesso pode fazer mal para o nosso corpo, por isso, o consumo de um a dois copos grandes de suco de Babosa semanalmente já são suficientes, ok?

 Quando aos tratamentos de pele, estes podem ser usados sem moderação.