

Miele come insostituibile dolcificante e terapeuta

written by Rivista di Agraria.org | 12 dicembre 2012

di Alessandra Bruni

Il miele sulle ferite...

Fin dal 1600 a.c. grazie al ritrovamento di un papiro chirurgico si intravede una tradizione nella medicina pratica che ha come fondamento l'impiego del miele. La mieleterapia viene tramandata per secoli ed arriva da ogni parte del pianeta, fu però interrotta negli anni '40 dopo la scoperta degli antibiotici. Anche se nel 1947 dopo pochi anni dalla scoperta della penicillina (il primo antibiotico) si manifestò resistenza da parte di un batterio, lo *Staphylococcus aureus*, il quale crea infezioni al livello di ferite.

L'attenzione del mondo medico va all'uso del miele nella medicazione di ferite, ulcere e ustioni: il meccanismo di funzionamento è dato dalla presenza di un enzima introdotto dalle api nel nettare, la glucosio ossidasi. L'enzima in condizioni di minore concentrazione zuccherina forma acido gluconico e piccole quantità di perossido di idrogeno (comunemente detto acqua ossigenata), un disinfettante che nelle piccole quantità in cui viene prodotto ha un effetto terapeutico senza effetti collaterali. Questo meccanismo avrebbe il significato biologico di proteggere il miele in formazione dall'attacco microbico (quando ancora non è efficace il sistema di inibizione determinato dall'elevata concentrazione zuccherina).

In ambiente clinico il miele impiegato non è lo stesso miele che si trova in commercio ma si tratta di un miele che raggiunge la cosiddetta qualità medica. Questo avviene inizialmente attraverso una scelta rigorosa in apiario, una successiva filtratura (per evitare il contatto con particelle non biodegradabili sulla ferita), un'esposizione ai raggi gamma (per evitare la presenza di spore in caso di diluizione) ed ulteriori controlli alla fine dei trattamenti.



Il miele, oltre alla sua azione antibatterica per la cura delle ferite, determina grazie alle sue proprietà fisiche ulteriori benefici.

Con la sua viscosità forma una barriera protettiva contro le infezioni incrociate, mentre con la sua azione osmotica attira liquidi dai tessuti favorendo un ambiente idratato. L'idratazione evita un disseccamento della ferita che porterebbe a un ritardo della guarigione mentre il flusso osmotico estrae anche le sostanze nocive dalla ferita.

...e prezioso beneficio per il nostro organismo

Fisiologicamente non possediamo gli enzimi necessari a ridurre tutti gli alimenti a livello di molecole, difatti non tutti gli zuccheri del miele vengono assorbiti, giungendo così nell'intestino dove vengono fermentati dalla flora intestinale. Questi zuccheri sfuggendo al nostro nutrimento diventano cibo per i batteri della flora intestinale: processo che assicura benessere all'intestino.

I batteri non sono solo benèfici ma si possono trasformare in nemici pericolosissimi e diventare causa di malattia se, regime alimentare, stile di vita, terapia farmacologica errata, stress e altro ne alterano la proliferazione.

Riguardo al regime alimentare infatti il sistema immunitario si abbassa se il menù è incentrato su cibi iper raffinati,

coltivati con agricoltura convenzionale, imbottiti di additivi e conservanti.

Usare il miele invece dello zucchero

La ricchezza del miele conferisce proprietà che gli altri alimenti dolci non hanno; perfino nella sola composizione zuccherina troviamo numerosi vantaggi rispetto allo zucchero.



Il miele è una sostanza quasi esclusivamente glucidica, infatti gli zuccheri rappresentano dal 95 al 99% la sostanza secca e gli zuccheri semplici come fruttosio e glucosio ne costituiscono la maggior parte (85-95%), generalmente con la prevalenza del primo.

Il fruttosio è lo zucchero che possiede un maggior potere dolcificante ed anche un prolungato effetto energetico,, mentre il glucosio viene bruciato immediatamente entrando subito in circolo .

Il fruttosio per essere assimilato deve prima subire una piccola trasformazione e resta quindi disponibile per l'organismo un po' più a lungo; è dotato di proprietà emollienti, umettanti e addolcenti utili a cavo boccale, gola, stomaco e intestino. E' indispensabile per lo smaltimento delle sostanze tossiche e nocive, derivanti dal metabolismo o ingerite all'esterno, che si accumulano nel fegato. Ha un'attività lievemente lassativa.



Lo zucchero bianco così come viene attualmente prodotto è una sostanza innaturale e con caratteristiche tossiche. Con la prima fase della lavorazione della canna da zucchero o della barbabietola da zucchero si ottiene un succo zuccherino, il quale viene sottoposto a complesse trasformazioni industriali:

- inizialmente viene depurato con latte di calce che provoca la perdita e la distruzione di sostanze organiche, enzimi, vitamine, oligoelementi, proteine e sali di calcio
 - viene sottoposto a un trattamento con anidride carbonica, per eliminare la calce che è rimasta in eccesso
 - subisce un trattamento con acido solforoso, per eliminare il colore scuro
4. è poi sottoposto a cottura, raffreddamento, cristallizzazione e centrifugazione.

Da qui si ottiene lo zucchero grezzo che ancora non presenta le caratteristiche finali per essere consumato, ovvero ancora non risulta di colore bianco. Da qui perciò si passa alla seconda fase di lavorazione:

- lo zucchero grezzo viene filtrato e decolorato con carbone animale
2. per eliminare gli ultimi riflessi giallognoli viene colorato con un colorante blu oltremare o con il blu idantrene (proveniente dal catrame).

Il prodotto finale è una sostanza bianca cristallina che ha perso ogni qualità appartenente alla materia prima di

origine.

In conclusione si può affermare che è meglio usare il miele sulle nostre tavole rispetto allo zucchero? Assolutamente sì dato che il miele possiede proprietà eccezionali, ha un elevato potere energetico, è facilmente digeribile e consente di ridurre le calorie ingerite grazie al suo potere dolcificante superiore.

[Atlante di apicoltura >>>](#)

Alessandra Bruni, diplomata presso l'Istituto Tecnico Agrario di Firenze e laureata in Scienze e Tecnologie Agrarie presso la Facoltà di Agraria di Firenze con tesi dal titolo "Importanza dell'ape nella produzione di miele di melata e nell'impollinazione di piante forestali". [Curriculum vitae >>>](#)

Le api e il miele

Manuale scientifico-pratico di apicoltura

Ted Hooper - Mursia - 1982



Questo manuale, redatto con chiarezza e corredato da numerose illustrazioni, risponde a tutti i quesiti che un principiante potrebbe porre sull'argomento e nello stesso tempo fornisce anche una buona scorta di informazioni utili all'apicoltore esperto ...

[Acquista online >>>](#)