

Remédio Caseiro

O que é própolis? Conheça os benefícios desta substância natural



www.remediocaseiro.blog.br



imagem de wirestock no Freepik

O que é própolis? Conheça os benefícios desta substância natural

Você já ouviu falar sobre própolis? Essa substância natural produzida pelas abelhas é utilizada por muitas pessoas quando estão gripadas, mas nem todos sabem exatamente o que é ou para que serve.

Por isso, preparamos este artigo para explicar de forma clara e objetiva o que é própolis, como ela é feita, para que serve e quais são os benefícios que essa substância traz para a nossa saúde. Se você quer saber mais sobre a própolis e seus efeitos positivos no organismo, continue a leitura!

O que é Própolis?

Própolis é uma substância resinosa produzida pelas abelhas a partir de substâncias resinosas de vegetais e de suas próprias secreções salivares. Elas a utilizam para proteger a colmeia contra bactérias, fungos e vírus.

Diferentes abelhas produzem diferentes tipos de própolis. No

O que é própolis? Conheça os benefícios desta substância natural

Brasil, os mais conhecidos são o verde (feito de alecrim do campo), o vermelho (de uma planta chamada rabo de bugio) e o marrom, originado de diversas plantas.

Como é feita a própolis?

As abelhas coletam resinas de diversas plantas, como alecrim, eucalipto, pinheiro e própolis, e as misturam com sua própria saliva e cera para produzir a própolis. Essa substância é composta por diversos componentes, como flavonoides, ácidos fenólicos e terpenoides, que conferem à própolis suas propriedades antibacterianas, antivirais e anti-inflamatórias.

Para que serve essa substância?

A própolis é utilizada pelas abelhas para proteger a colmeia contra diversos agentes patogênicos, como bactérias, fungos e vírus. Elas também a utilizam para vedar fendas e reduzir a entrada de ar frio na colmeia.

Na medicina, a própolis é utilizada para tratar diversas enfermidades, como gripes e resfriados, infecções respiratórias, problemas de pele, inflamações, úlceras e até mesmo câncer.

Ela também é amplamente utilizada na indústria de cosméticos, em cremes e loções, devido às suas propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias.

Quais são os benefícios da própolis?

A própolis é um excelente antibiótico natural, capaz de combater diversas bactérias, fungos e vírus. Ela apresenta propriedades anti-inflamatórias, que ajudam a reduzir a inflamação e a dor em diversas partes do corpo.

O que é própolis? Conheça os benefícios desta substância natural

Essa substância também tem propriedades antioxidantes, que ajudam a combater os radicais livres e a prevenir o envelhecimento precoce. Além disso, ajuda a fortalecer o sistema imunológico, aumentando a produção de células de defesa do organismo.

Outro [benefício da própolis](#) é sua capacidade de combater o câncer. Estudos mostram que a própolis é capaz de inibir o crescimento de células cancerígenas e de reduzir os efeitos colaterais da quimioterapia.

Portanto, incluir a própolis na sua rotina pode trazer diversos benefícios para a saúde e bem-estar. No entanto, é importante destacar que a própolis não deve ser utilizada como substituto de tratamentos médicos e que é sempre importante consultar um profissional de saúde antes de utilizar qualquer tipo de produto natural para tratar alguma enfermidade.

Cabe destacar que, pessoas alérgicas a produtos das abelhas devem evitar o uso da própolis.

Vimos neste artigo o que é própolis, esta substância natural capaz de trazer diversos benefícios para a saúde e bem-estar. Agora, que tal conhecer esses [5 chás que são verdadeiros remédios caseiros para gripe?](#)

IMPORTANTE:

As informações contidas neste artigo têm caráter unicamente informativo e não podem e nem devem ser utilizadas como substitutas ao diagnóstico médico ou mesmo substitutas ao aconselhamento de um profissional da saúde.