

Melata "Nuova linfa per il cervello" ▾

Sano, saporito, salutare: afidi ed api alleate per la nostra salute

La melata, sorellastra buona e salutare del miele, è la sostanza prodotta dal metabolismo degli afidi, ed altri piccoli insetti, che succhiano la linfa dalle foglie delle piante. Le api raccolgono questa sostanza zuccherina e la elaborano trasformandola in miele di melata.

Molto ricca di sostanze minerali, potassio, fosforo, ferro. Il sapore di questo miele è un pò meno dolce rispetto ai mieli di nettare ed è caratteristico con il suo retrogusto di corteccia, terra e zucchero: un misto curioso e spettacolare sulla lingua: amaro, terroso, molto dolce e molto legnoso. Il colore è **molto scuro**, a volte **tendente al nero**. E' molto denso e non cristallizza. La melata si caratterizza per la presenza di sali minerali in quantità maggiori rispetto ad altri tipi di mieli



E' particolarmente apprezzata da chi svolge attività sportiva ma è sottovolatuta la consonanza stretta con le funzioni del sistema nervoso, con la salute del cervello, della circolazione cerebrale e della memoria. Infatti la minore quantità di glucosio, fruttosio, maltosio, saccarosio associata alla maggiore quantità di aminoacidi, minerali, oligoelementi in traccia (manganese, zinco, cobalto, zolfo, fosforo) permette un assorbimento più leggero e modulato da parte del cervello e del sistema nervoso. Insomma **la melata**, nutre, ripara e sostiene le funzioni del **sistema nervoso** con dolcezza e senza lo shock energetico degli altri mieli e ancor di più dello zucchero e di diverse sostanze naturali eccitanti, come la **damiana**, il ginseng, l'**eleuterococco**, il guaranà, la pappa reale, anch'essi utilizzati per dare "tono" all'umore e alla salute della nostra testa. La **melata** può dunque essere considerata il rimedio naturale prioritario per le persone che pur avendo bisogno di ridare energia al cervello e a tutte le funzioni collegate, mal sopportano gli energizzanti.

Il "tipo" da melata è la **persona ansiosa**, stressata, con astenia nervosa, cali di memoria, dovuti all'agitazione, al troppo studio, alle preoccupazioni, all'età, alla salute cagionevole. Dunque studenti agitati, anziani convalescenti, manager stressati, donne in carriera con i nervi a fior di pelle, mamme in attesa in preda a sbalzi d'umore, esauriti costretti ad essere sempre un tono più sù ma che non possono permettersi scatti d'ira: questi ma anche altri i personaggi che possono sostenere il proprio cervello e le proprie funzioni cerebrali con la melata

Da un punto di **vista energetico** la melata si caratterizza per essere l'apice di una trasformazione che non parte dal "seme" delle piante bensì dalla linfa, che è la "memoria" delle piante stesse, in cui circolano insieme alle sostanze benefiche e vitali per la pianta, informazioni e analisi del terreno in cui la pianta si trova. Un'analogia molto simile alla circolazione che avviene all'interno del cervello e che pone la melata, prodotto appunto dalla linfa delle piante, in stretta correlazione energetica e simbolica con il nostro organo che "comanda" la vita. Questo particolare prodotto è composto per il 75% per cento da una mescolanza di zuccheri (un prezioso 5% in meno rispetto agli altri mieli): glucosio 30% fruttosio 35%, maltosio 7%, saccarosio 2%; e da numerose quantità di altre sostanze nutritive (minerali, acidi organici, vitamine ecc.), acqua 17-18%. Le sostanze rimanenti

nell'ordine del 5% sono le più importanti e sono quelle che giustificano la superiorità di questo miele rispetto allo zucchero, per la salute del cervello: aminoacidi, proteine, acidi organici, sali minerali ed oligoelementi; ed infine tracce di vitamine, enzimi, aromi, pigmenti, inibine, polline, ormoni. Insomma, è una specie di condensato delle virtù salutari di piante, ottenuto dal paziente lavoro delle api. Infatti mezzo chilo di melata richiede il paziente lavoro degli insetti e delle api su almeno un milione di foglie. La melata, oltre ad avere un'azione molto utile per il cervello e per il metabolismo degli sportivi ha azione antisettica, disinfettante e antimicrobica.

Fino al secolo scorso la melata era usata in chirurgia per disinfettare ferite, piaghe e lacerazioni. Secondo molti estimatori e ricercatori sulla melata, questo prodotto particolare può essere un moderato lassativo e un riequilibratore generale dell'organismo, un antiacido per lo stomaco, un tonico digestivo. Regola il tono neurologico, migliora la capacità di lavoro intellettuale, può stimolare l'appetito, calmare la tosse, placare l'asma e aumentare la secrezione dell'urina, stimola le contrazioni cardiache ed aumenta il flusso sanguigno nelle coronarie; è indicata per combattere l'ipertensione e nei casi di arteriosclerosi; dunque ancora una volta **utile per il cervello** e le funzioni fisiologiche connesse. La melata ha azione regolatrice della **flora intestinale**, accresce il tasso di emoglobina nel sangue, combatte l'ipocalcemia; ha effetto regolatore sui cicli mestruali, non dà acidosi e stato umorale acido, non provoca squilibrio metabolico perché contiene il complesso vitaminico B, enzimi ed oligoelementi, non provoca innaturale rialzo della glicemia con conseguente abnorme produzione di insulina, non provoca alterazioni del metabolismo dei grassi, con conseguente sovrappeso: insomma un vero e proprio portento naturale questa melata. Ancora di più che per gli altri mieli, le precauzioni sulla biologicità e sul trattamento poco aggressivo nella fase di produzione, debbono essere rispettate.

Questo prezioso alimento si **presta alle contraffazioni**, ottenute soprattutto con l'aggiunta di glucosio naturale e destrine (polveri derivate dall'amido, inodori, insapori e solubili in acqua). Meglio quindi comprare melata con il marchio "**Miele Italiano**" che a differenza di quello importato non deve essere pastorizzato, ed è protetto da marchi che ne attestano la precisa provenienza.

La melata è in vendita anche presso la Bottega dell'associazione Porto Alegre ed è prodotta dalla Coop.Sociale I GERMOGLI.