

فوائد الألوفيرا للتخسيس في دراسة أجريت قد ذكرت فيها فوائد الألوفيرا للجسم ومنها كانت التئام الجروح وتخفيف حروق الشمس المؤلمة، فهي أكثر خاصية علاجية يفكر فيها الناس عند التفكير باستخدام الألوفيرا، ومع ذلك وفي السنوات الأخيرة قد تم استخدام ماء الألوفيرا أو عصيرها في المساعدة على خسارة الوزن وهي من فوائد الألوفيرا للتخسيس، إن الألوفيرا يأتي على شكلين مختلفين، إما على شكل جل وهو مستخرج من اوراق الألوفيرا أو عصير الألوفيرا وهو مأخوذ من النبتة كاملة، حيث زيادة تناول السكر دائماً مرتبط بالسمنة، وللأشخاص الذين يرغبون بخسارة الوزن يجب تجنب أخذ جل الألوفيرا. إن النوع الثاني من الألوفيرا أي عصيرها، الآثار الجانبية للألوفيرا إلا أنه يفضل عدم استخدام الألوفيرا في الحروق الشديدة أو الجروح العميقة، ولكن، إن تم حدوث طفح جلدي لشخص ما، ذلك يعني أنه يعاني حساسية من جل الألوفيرا