



FIGURA 1. Semillas y aceite de argán. Foto: Luisa Puccini

Aceite de argán: usos tradicionales, aspectos fitoquímicos, nutricionales y farmacológicos

María Ansuategui, Víctor López

Departamento de Farmacia
Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad San Jorge
Villanueva de Gállego (Zaragoza)

Dirección de contacto:

Víctor López

Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad San Jorge
Autovía A-23 Zaragoza-Huesca km 299
50830 Villanueva de Gállego (Zaragoza)
Email: ilopez@usj.es

Resumen

Argania spinosa (L.) Skeels es un árbol originario del suroeste de Marruecos de cuyo fruto se obtiene el aceite de argán, el cual ha sido utilizado tradicionalmente como alimento y como ingrediente cosmético. Los estudios referidos a los usos tradicionales muestran que este aceite es conocido fundamentalmente por sus propiedades nutricionales y por los efectos beneficiosos en la hidratación de la piel, retrasando el envejecimiento y la aparición de arrugas y otros trastornos dermatológicos. Los estudios fitoquímicos y farmacológicos revelan que tiene actividades beneficiosas dentro del ámbito de la dermatología, diabetes, enfermedades cardiovasculares y trastornos hormonales, validando de esta manera sus usos tradicionales y demostrando el gran potencial que tiene este aceite en salud humana. La presente revisión muestra investigaciones realizadas sobre el aceite de argán durante los últimos 15 años y que han sido recopiladas a través de las bases de datos Pubmed y Web of Science.

Palabras clave

Aceite de argán, *Argania spinosa*, dermatología, enfermedad cardiovascular, antioxidante, cosmética.

Óleo de Argão: usos tradicionais, aspectos fitoquímicos, nutricionais e farmacológicos

Resumo

Argania spinosa é uma árvore nativa do sudoeste de Marrocos, de cujos frutos se obtém o óleo de argão que tem sido usado tradicionalmente como alimento e ingrediente cosmético. Os estudos relacionados com os usos tradicionais mostram que este óleo é conhecido principalmente pelas suas propriedades nutricionais e pelos efeitos benéficos sobre a hidratação da pele, retardando o envelhecimento e o aparecimento de rugas e outros problemas dermatológicos. Os estudos fitoquímicos e farmacológicos mostram que tem actividades benéficas no campo da dermatologia, diabetes, doenças cardiovasculares e distúrbios hormonais, validando assim os seus usos tradicionais e demonstrando o grande potencial deste óleo para a saúde humana. Esta revisão mostra os resultados de uma pesquisa efectuada nas bases de dados PubMed e Web of Science sobre artigos relativos ao óleo de argão, publicados nos últimos 15 anos.

Palavras-chave

Óleo de argão, *Argania spinosa*, dermatologia, doenças cardiovasculares, antioxidantes, cosméticos.

Argan oil: traditional uses, phytochemical, nutritional and pharmacological aspects

Abstract

The fruit of *Argania spinosa* (L.) Skeels, a tree native to southern Morocco, is used to obtain argan oil, which has been traditionally used as food as well as a cosmetic ingredient. Studies on its traditional uses show that this oil is mainly known by its nutritional properties and beneficial effects in skin hydration delaying ageing, the appearance of skin wrinkles and other skin disorders. Phytochemical and pharmacological reports have revealed that argan oil exerts interesting properties in the fields of dermatology, diabetes, metabolic, cardiovascular, and hormonal disorders, which support its traditional uses to a certain extent and demonstrate the potential of the oil in human health. This paper reviews the research of last 15 years on argan oil reported in the literature indexed in PubMed and Web of Science.

Keywords

Argan oil, *Argania spinosa*, dermatology, cardiovascular disease, antioxidant, cosmetology.