

Alberto Dorado, Manuel Carnerero, Alberto Carrasco
Dpto. Farmacología, Facultad de Farmacia, Universidad de Sevilla, Sevilla, España

DEFINICIÓN

- "Planta arbustiva de la familia de las teáceas, originaria de China, con flores blancas, hojas lanceoladas y fruto capsular".

NOMBRE CIENTÍFICO

"*Camellia Sinensis*"

TIPOS DE TÉ

Té negro

- Alto contenido en teofilina y cafeína.
- Sabor fuerte
- Posee muchos principios esenciales
- Perfecto para la eliminación de líquido retenido
- Somético a fermentación

Té rojo

- Menor proporción en teofilina y cafeína que el negro
- Somético a una fermentación menor
- Lipolítico, recomendable para personas con sobrepeso (disminuye colesterol)
- Efectos antioxidantes
- Favorecen el metabolismo

Té blanco

- Escaso o nulo nivel en teofilina
- Increíbles propiedades sobre la piel (sana, linda y joven)
- Disminuye la fatiga mental y el colesterol maligno

Té verde

- Más recomendable
- Contenido adecuado de teofilina y cafeína
- No fermentado
- Importantes propiedades explicadas posteriormente

COMPOSICIÓN QUÍMICA

- Polifenoles (flavonoides y catequinas)
- Bases xánticas (cafeína, teobromina y teofilina)
- Minerales y vitaminas



ORIGEN GEOGRÁFICO

China 2737 a.C

FAMILIA

Teáceas

INTERACCIONES

- Interactúa con el medicamento tipo IMAO
- Solución → alejar ambos componentes

FORMAS DE ADMINISTRACIÓN

- En forma de infusiones
3 tazas diarias (240-320 mg de polifenoles)
- Enjuagues bucales o ungüentos



ACTIVIDAD FARMACOLÓGICA

- Antioxidante (alto contenido en polifenoles, isoflavonas y catequinas) → ayuda a frenar el envejecimiento y el avance de algunas enfermedades degenerativas
- Lipolítico
- Estimulante SNC
- Diurético
- Broncodilatador
- Anticancerígeno (hígado, próstata..)
- Acción vitamínica P
- Acción antimicrobiana
- Acción antidiarreica

INDICACIONES TERAPÉUTICAS

- Agotamiento físico-mental
- Diarreas
- Prevención enfermedades cardiovasculares (disminuye el colesterol, riesgo de infarto y aterosclerosis)
- Astenia
- Retención urinaria
- Edemas
- Depresión
- Cefaleas y vómitos

EFECTOS SECUNDARIOS

- No permite la correcta asimilación de la vitamina B1
- Dificultad la absorción de hierro (no recomendable para personas con anemia)
- Al poseer cafeína y teofilina no es recomendable para personas con hipertensión

TOXICIDAD E INTERACCIONES

- Insomnio, nerviosismo y otros síntomas similares
- Efecto desmineralizante
- Puede producir alergias
- Adicción a la cafeína y problemas con el SNC
- Anemias, náuseas y vómitos

CONCLUSIÓN

- España es un país que por lo general ha preferido el café
- Desde la aparición de los tés aromatizados parece que la balanza se equilibra un poco más.
- Algunas personas disfrutan de una bebida refrescante o caliente saludable que le despierte nuevas sensaciones

BIBLIOGRAFÍA

- ARTECHE, A. - "Fitoterapia, Vademecum de Prescripción". Ed.. Cita, Bilbao, 1992.
- B.E. Nicholson .- "Guía de las Plantas Comestibles". ED: Omega, Barcelona, 1980.
- C.G. Encarna y M.S. Isabel .-"Manual de fitoterapia". ED: Elsevier, Barcelona, 2007.
- http://www.fitoterapia.net/vademecun/vademecum_plantas_ficha.php?remedio=631

