

LA PROPRIETÀ DEL TÈ VERDE: DAL PIACERE ALLA FARMACOLOGIA



Una sostanza degna di approfondimento, visti i molteplici impieghi assunti nel tempo, è sicuramente il Tè Verde: partendo dal più classico dei momenti di incontro e condivisione, il suo impiego negli anni è cresciuto fino ad essere presente anche in vari dispositivi medici venduti in farmacia.

La proprietà di interesse clinico sono sicuramente quelle stimolanti del sistema nervoso centrale nonché del metabolismo lipidico, che ne vede impegno anche come termogenico e dimagrante.

A queste, di corredo, si aggiungono funzioni antiossidanti, antinfiammatorie, diuretiche e protettive dei vasi sanguigni.

Queste proprietà sono garantite dalla presenza di Teina, composti fenolici con funzione anti-radicalica e vitamina C.

Questo, utilizzato come infuso (es. tisana), risulta essere un ottimo stimolante contro

l'affaticamento, nonché un buon diuretico che ne vedo l'impiego in diete ipocaloriche, anche grazie al contrasto dell'invecchiamento cellulare volto a preservare le funzioni cognitive (rischio in diete particolarmente restrittive in termini glucidici).

Per questo impiego, sono sempre più diffuse formulazioni in capsule o compresse.

Gli effetti collaterali principali sono relativi all'abuso di questa sostanza, che può causare ansia, nervosismo, insonnia, problematiche gastrointestinali ed epatiche riflesse.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30000907/>