

CHÁ VERMELHO

Nome científico: *Camellia sinensis* (L.) Kuntze.

Sinonímia científica: *Thea sinensis* L., *Camellia thea* Link. *Camellia bohea* Lindl., *Camellia scottiana* Wall., *Camellia theifera* Griff., *Camelia viridis* Link, *Thea assamica* J.W.Mast., *Thea cantoniensis* Lour., *Thea chinensis* Sims, *Thea cochinchinensis* Lour., *Thea grandifolia* Salisb., *Thea japonica* Bail., *Thea latifolia* Lodd. Ex Sweet, *Thea longifolia* Nois. Ex Steud., *Thea oleosa* Lour., *Thea parvifolia* Salisb., *Thea sasangua* Nois. Ex Cels, *Thea sinensis* L., *Thea stricta* Hayne, *Thea viridis* L., *Theaphylla cantoniensis* Raf., *Theaphylla laxa* Raf., *Theaphylla oleifera* Raf.

Nome popular: Red Tea, Pu Erh Tea.

Família: Theaceae.

Parte Utilizada: Folhas e caule.

Composição Química: Proteínas, glicídios, ácido ascórbico, vitaminas do complexo B e bases púricas, especialmente cafeína, polifenóis: monosídeos de flavonóis e flavonas, cateóis e epicateóis livres e esterificados pelo ácido gálico e produtos de condensação, e taninos. Bases Xantínicas: compostas basicamente por cafeína e teofilina; Protoantocianidinas; Flavonóides: O-heterosídeos de flavonóis e flavanonas, C-heterosídeos de flavonas, epicatecol, epigallocatecol e seus ésteres gálicos; Outros: Óleo Essencial, Taninos Catequicos, Vitaminas do Grupo B, Sais Minerais, Ácidos Fenólicos. Contém, entre outras substâncias, a teobromina, a teofilina e a cafeína em proporções, por vezes, superior a do café.

Formula molecular: N/A

Peso molecular: N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

O Chá Vermelho é um tipo de Dark Tea. Diferencia-se pela fermentação que ocorre no final do processo de preparo do mesmo. A primeira etapa de preparação do Chá Vermelho é a eliminação das enzimas. Logo em seguida, as folhas são misturadas (o que irá aumentar o aroma do chá). Após a mistura, permanece certo período secando. Para finalizar, ocorrem as etapas de fermentação, onde o Chá Vermelho irá adquirir a sua coloração característica, e secagem. Somente após todas as etapas descritas acima, as folhas são selecionadas e a preparação do Chá Vermelho se encerra.

Indicações e Ação Farmacológica

O chá vermelho é bastante utilizado pelos excelentes benefícios que suas propriedades proporcionam no nosso organismo. Diminui a taxa de colesterol (LDL) do sangue prevenindo doenças cardíacas; Melhora o fluxo sanguíneo prevenindo algumas doenças do coração; age como diurético; estimula o sistema imunológico; queima calorias por agir como termogênico no organismo, pois acelera o metabolismo auxiliando em dietas de emagrecimento; auxilia a desintoxicação do organismo. Os polifenóis e as antocianinas agem como antioxidante que combatem a ação de radicais livres capazes de deteriorar as células, prevenindo o envelhecimento precoce da pele. Os radicais livres são produzidos naturalmente a partir de hábitos diários comuns, como a própria respiração, a má alimentação, a exposição, a poluição, o estresse emocional entre outros.

Toxicidade/Contraindicações

Não há estudos que comprovem a causa de intoxicação do chá vermelho desde que utilizado dentro das concentrações adequadas de uso recomendado.

Dosagem e Modo de Usar

- **Infusão:** 5g em 500 ml de água, tomar 3 a 4 doses ao dia.
- **Extrato seco:** 200 mg a 600 mg até três vezes ao dia
- **Extrato seco solúvel:** Dissolver 6g em 200 mL de água.
- **TM:** 1 a 2 ml três vezes ao dia

Referências Bibliográficas

ALONSO, J. R. **Tratado de Fitomedicina**. Isis Ediciones. 1998.

KHALSA, M.D. **Longevidade do Cérebro**. 12ª edição.

LORENZI, H.; MATOS F.J.ABREU. **Plantas Medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Instituto Plantarum, 2002.

MATOS, F.J.A. **Farmácias Vivas**. UFC. 3ª Edição, 1998.

SELEÇÕES DO READER'S DIGEST. **Segredos e Virtudes das Plantas Medicinais**. 1983

SIMÕES, C.M.O. **Farmacognosia da Planta ao Medicamento**. Editora Universidade (UFRGS/ UFSC). 1ª edição, 1999.

SOARES, A. D. **Dicionário de Medicamentos Homeopáticos**. Livraria Editora, 2000.