


Capítulo 6

Nada en sí mismo es un veneno o una cura, todo depende de la dosis.

PARACELSO.

EL CAFÉ Y LA SALUD

Durante largo tiempo se ha descrito al café como perjudicial, adictivo y hasta cancerígeno. De hecho, por los conceptos erróneos y generalizados acerca del mismo, mucha gente deja de consumirlo, lo cual es una pena, porque además de ser una bebida deliciosa, es benéfica para la salud.

Como muchas otras plantas, el cafeto también se ha empleado en la medicina tradicional: las hojas, frutos y granos han servido para aliviar dolencias del sistema nervioso, respiratorio, cardiovascular y estomacal; las hojas se han usado para tratar llagas, heridas y asma; la semilla, para combatir la fiebre y el reumatismo; el fruto verde y las hojas, contra el paludismo; la semilla tostada, como broncodilatador y para combatir la ictericia. El grano también ha servido contra el envenenamiento por barbitúricos, como antiemético (contra el vómito) y como exfoliante.

En la actualidad, lo más probable es que uno esté mejor familiarizado con los efectos derivados por la cocción del grano tostado y

La ictericia es un síntoma patológico caracterizado por la coloración amarillenta de la piel y las mucosas. Surge por la presencia de pigmentos biliares en la sangre, ya sea por sobreproducción, problemas del hígado u obstáculos en las vías biliares.