

Chá-de-bugre

Cordia salicifolia

Conhecido no Brasil também como porangaba, o chá-de-bugre é uma pequena árvore originária de nosso país, que também é encontrada na Argentina e Paraguai, sendo também conhecida por café do mato, já que seus frutos parecem com os do café torrado e com eles se produz uma bebida que substitui o café. Esse chá tem diversas indicações de uso, mas, talvez a mais procurada seja a de emagrecedor. A planta é usada no preparo do fitoterápico bastante conhecido, Pholia magra, que é para esse fim, além de inibidor do apetite. Como a ação desse chá é de causar a sensação de saciedade, deve ser tomado antes das refeições por quem deseja usá-lo no emagrecimento.



© 2009 Stephanie Weege - Susa

Foto: Stephanie Weege – Susa | Reprodução Flora Digital do RS e SC – UFRGS

Ele é poderoso diurético, eliminando as toxinas do organismo através da urina, estimula a circulação sanguínea, mais um motivo por que reduz a celulite. Ele funciona na queima de gorduras abdominais profundas, sendo usado em compostos que utilizam a complementação de outras plantas medicinais estimulantes, como o ginseng, guaraná, chá verde, etc. que, somados à cafeína contida no chá-de-bugre, os torna estimulantes poderosos, que também contribuem para a queima calórica. As pessoas que sofrem com ansiedade, insônia, nervosismo, estresse, etc.

Referência: <https://www.remedio-caseiro.com/conheca-os-beneficios-do-cha-de-bugre-cordia-salicifolia/>