

APARATO DIGESTIVO

Gracias a su elevado contenido en Taninos y a sus grandes propiedades astringentes y antiinflamatorias, su uso es recomendable contra la diarrea o la gastroenteritis.

Su contenido rico en fibras y Saponinas, propician el consumo de Guaraná en la antigüedad para tratar intoxicaciones alimentarias, fiebre Tifoidea (infección que causa diarrea y erupción cutánea) e infecciones gastrointestinales como la enterocolitis (inflamación del intestino grueso y delgado originando una diarrea aguda infecciosa) y la Disenteria (trastorno inflamatorio del intestino que normalmente ataca al colon y provoca diarreas, que de no tratarse correctamente, puede causar la muerte).

APARATO RESPIRATORIO

Gracias a su alto contenido en Cafeína y Teofilina (alcaloide estimulante y broncodilatador), ayuda a relajar el músculo liso bronquial y los vasos pulmonares, siendo usado para tratar el Asma.

PROPIEDADES ANALGESICAS

Los pueblos situados en la selva tropical de la cuenca del Amazonas empleaban desde su descubrimiento, el Guaraná como analgésico para combatir dolores de cabeza, artritis, dolores musculares y la dismenorrea (intenso dolor abdominal y pélvico causado por la menstruación). Aunque se está investigando en una vacuna efectiva, las infusiones del extracto de Guaraná son un remedio eficaz para el tratamiento de Malaria o Paludismo, enfermedad localizada mayoritariamente en África, causada por la transmisión de un parásito a través de la picadura de mosquitos "anofeles" infectados, que causa fiebres altas, escalofríos, anemia, infección cerebral, meningitis... incluso la muerte. Muchos de los medicamentos analgésicos recetados contienen en sus ingredientes Cafeína y Ácido Acetilsalicílico, principio activo de la Aspirina.

CICATRIZANTE

Uno de los usos frecuentes de las tribus amazónicas, es la aplicación de una cataplasma formada por semillas trituradas de Guaraná sobre una herida, obteniendo un efectivo cicatrizante.

PERDIDA de PESO

Gracias a su gran efectividad, el Guaraná es cada vez más utilizado dentro de una alimentación sana y equilibrada para obtener una pérdida de peso, dado que su poder saciante, ayuda a ingerir una menor cantidad de

alimentos, suprimiendo el apetito; y a su efecto como "quema grasas" (al combinarse la Vitamina B6, la Cafeína, la Teofilina y los compuestos fenólicos: Catequinas y Taninos), obteniéndose como resultado el consumo de lípidos a la vez que aumenta la masa muscular. Además, su influencia positiva en el estado de ánimo, ayuda a combatir el estrés ocasionado por el ansia de perder peso de forma rápida.

La ingesta de una cantidad adecuada (entre 0,8gr. y 3,2 gr. diarios), puede llegar a tener un efecto activo de entre 4 y 6 horas, e incluso en estado de reposo, puede producir una reducción de la conversión de los carbohidratos consumidos en grasa almacenada.

Si estos efectos son añadidos a un trabajo físico, obtendremos la estimulación del Sistema Nervioso, generando un mayor aumento de la liberación de adrenalina y la activación del metabolismo de las grasas.



RECONSTITUYENTE ENERGÉTICO

Ingerido entre 30 y 45 minutos antes de realizar ejercicios físicos, facilita un mayor rendimiento deportivo y posteriormente, ayuda a eliminar el cansancio, aportando al organismo vitalidad, vigor y sensación de bienestar.

La Cafeína evita la acumulación de ácido láctico en los músculos, formado al sintetizar un exceso de glucosa tras un intenso ejercicio anaeróbico, permitiendo una mayor recuperación y evitando un posterior dolor muscular, calambres o agotamiento.

Las tribus autóctonas del Amazonas siempre lo han utilizado como sustituto de comidas durante largos recorridos, gracias a su gran aporte energético.

Su acción estimulante ayuda frente al cansancio mental, físico y contra la somnolencia, por lo que se convierte en una ayuda para el uso de estudiantes, conductores y trabajadores nocturnos.

También puede ser utilizado en la recuperación de estados de convalecencia.

AFRODISIACO

Los efectos estimulantes de la Guaranina, tienen una función como tónico cerebral que estimula, motiva y alegra. Se emplea para facilitar la relación de pareja, aumentando la libido o tratando la falta de deseo.

Permite al organismo controlar mejor la circulación sanguínea lo que influye directamente sobre la resistencia física y la actividad sexual.

CONTRAINDICACIONES

Es muy importante dejar claro que el **GUARANÁ NO ES UN MEDICAMENTO** sino un suplemento natural de origen vegetal.

El consumo para obtener sus beneficios, *nunca debe de sustituir a ningún medicamento recetado para el tratamiento de una enfermedad y es recomendable consumirlo bajo indicaciones de un especialista.*

Aunque las bebidas energéticas contienen excesivas cantidades de cafeína y su consumo ha sido relacionado con un considerable aumento de ingresos en urgencias, taquicardias e incluso fallecimientos; la FDA (U.S. Food and Drug Administration, agencia del gobierno de los Estados Unidos responsable de la regulación de alimentos, medicamentos, suplementos dietéticos, cosméticos, aparatos médicos, productos biológicos y productos que emiten radiación), clasifica como seguro el consumo del Guaraná, tras considerar que no supone ningún peligro para la salud, ni provocar efectos secundarios tras el consumo de este suplemento por parte de individuos saludables.

Hay que destacar que el problema no reside en los suplementos estimulantes o afrodisiacos, sino en el resto de sustancias que completan el contenido de la bebida energética, como el exceso de azúcar o el añadido de cafeína sintética.

Dado que el Guaraná es utilizado como tónico cardíaco, para dar fuerza y energía al corazón y que este pueda bombear sangre con menor esfuerzo, aumentando así el rendimiento físico de la persona; el abuso de su consumo por personas con problemas cardíacos o su combinación con alcohol, convierten a las bebidas energéticas en peligrosos cocteles que pueden llegar a producir la muerte.