

Efectos negativos

A partir de siete u ocho tazas diarias, la cafeína puede provocar nervios, irritabilidad, insomnio, arritmia cardiaca y palpitaciones. Una dosis de 10 gramos de cafeína puede ser mortal.

mg por
taza

250
225
200
175
150
125
100
75
50
25
0

Dosis de Cafeína

Arábica suave
Arábica fuerte
Robusta suave
Robusta fuerte
Café soluble
Café descafeinado

Efectos positivos

La bebida, que se obtiene por infusión, es beneficiosa por sus sustancias proteicas y por la cafeína, que es un estimulante cerebral y cardiaco, vasodilatador, diurético y un antídoto a la hipnosis, a los efectos de los analgésicos y a la intoxicación alcohólica

CAFE_{DE}
NICARAGUA