

Una mezcla trae flor de Jamaica, que resultó ser un estupendo antioxidante

Lanza té en polvo para frenar el envejecimiento celular: ¿funciona?

Experta advierte que la exposición al sol, el estrés y la mala alimentación bajan las defensas de las células.

BANYELIZ MUÑOZ

“El envejecimiento celular se refiere a la pérdida gradual de la potencialidad de nuestras células, producto de altos niveles de estrés, una mala alimentación, por la contaminación o incluso por no dormir bien”, resume Marcela Bernedo (47) creadora de Flor de Té, té instantáneo diseñado para combatir el envejecimiento celular y el estrés oxidativo.

Bernedo, ingeniera comercial de profesión, como muchos de sus pares tenía ganas de impulsar su propio negocio. “Siempre quise crear un producto que contribuyera al bienestar. Mi primera idea de crear mezclas de hierbas nació del concepto de las flores de Bach, aunque buscando una solución natural para mí. Luego lo vi como una alternativa para la gente”, puntualiza.

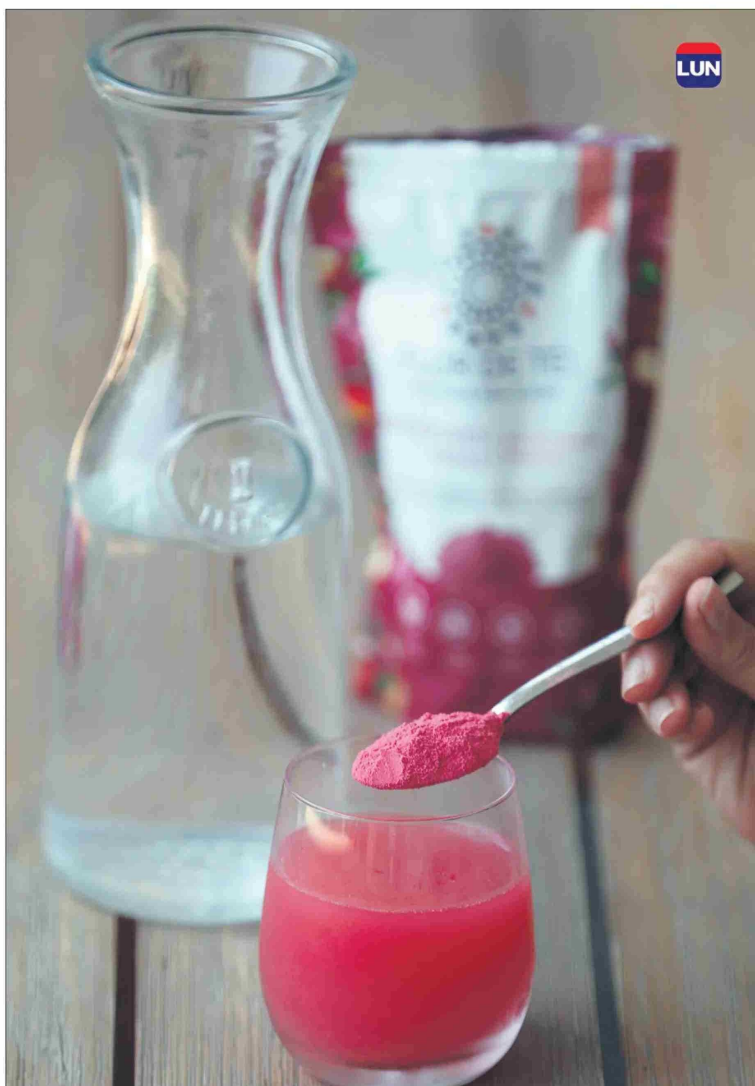
Primero lanzó la versión diluible en agua caliente y hace poco presentó su té instantáneo, pensado como refresco para el verano. “Luego de muchas pruebas y errores logramos dar con un polvo a base de hierbas, fibra y fruta liofilizada que se podía diluir en agua fría. Sabíamos que nuestros productos debían ser saludables y naturales, pero también queríamos que fueran de buen sabor y aspecto, así que mezclamos y mezclamos hasta obtenerlos”, comenta.

¿Cómo determinan su potencial antioxidante?

“Un día se nos acercó un médico y nos sugirió hacerle análisis de antioxidantes. Teníamos tres mezclas: una a base de té negro y otra de berries, que sabíamos que tenían altos niveles de antioxidantes, pero quisimos analizar la rosa de Jamaica, ya que no habían muchos estudios sobre ella. Y para nuestra sorpresa, resultó que tenía altísimos valores antioxidantes”.

¿Cómo sus tés combaten el envejecimiento celular?

“Los antioxidantes son como pequeños escudos que protegen a las células. Dentro de nosotros se forman los radicales libres, que son como pequeñas chispas que pueden dañar a las células y hacerlas envejecer más rápido. Cuando uno ingiere alimentos con antioxidantes, como esta infusión,



Para consumir, basta diluir una cucharadita de Flor de Té en 200 ml de agua fría.

estos escudos ayudan a apagar esas chispas y a mantener sus células fuertes y saludables por más tiempo”.

Es decir, los antioxidantes serían como miniprotectores que evitan el desgaste celular. “Las células son como una manzana cortada. Si no le pones limón -que tiene antioxidantes- se oxida y se pone café mucho más rápido. El limón, en este caso, es como los antioxidantes para nuestro cuerpo: retrasan ese proceso de oxidación y ayudan a que nuestras células se mantengan frescas por más tiempo”, compara.

¿Qué ingredientes activos lo componen?

“La primera infusión es a base de flor de Jamaica, fibra de achicoria y polvo de manzana liofilizada; la segunda contiene té negro, fibra de achicoria, polvo de frambuesas y arándanos liofilizados; la tercera en a base de cedrón, menta, melisa, fibra de achicoria y manzana en polvo liofilizada. Todos llevan estevia como endulzante”.

¿Cómo se consume?

“Se debe diluir una cucharadita (aprox 5 gr) en 200 ml o 25 gramos en 1 litro de agua fría. Luego se agita y ya se puede consumir. Se puede tomar las veces que uno quiera”.

¿Qué otros beneficios tiene el producto?

“Contienen altos niveles de fibra, específicamente prebióticos”.

El producto cuesta \$9.990 en **Flordete.cl** (<https://acortar.link/jf0yb8>) y en supermercados Jumbo. Se vende en un formato de 125 gramos y alcanza para cinco litros.

RUBÉN GARCÍA

Vida sana

La médica antienvjecimiento Sara Mir (@smir_med en Instagram) define el envejecimiento celular como el proceso por el cual nuestras células pierden la capacidad para funcionar correctamente, desgastándose con el tiempo. “Este fenómeno es una parte natural del envejecimiento general del organismo. Sin embargo, puede verse acelerado por factores externos como la exposición al sol, el estrés, la mala alimentación y la contaminación”, alerta. “Cuando las células envejecen y no funcionan correctamente, el cuerpo pierde capacidad de regenerarse de manera óptima, llevando a un mayor riesgo de enfermedades como cáncer, enfermedades cardíacas y diabetes; pérdida de elasticidad de la piel y aparición de arrugas; y una disminución en la capacidad de los órganos para realizar sus funciones: fallas cardíacas, renales, etcétera”, aporta.

¿Cómo se combate el envejecimiento celular? “Aunque no podemos detenerlo completamente, sí hay formas de retrasarlo y mejorar la salud general. Una buena alternativa es optar por una alimentación saludable, también usar protector solar”.

La doctora Mir añade que “el ejercicio mejora la circulación sanguínea, la oxigenación celular y fomenta la regeneración celular. A la vez, el descanso es clave para que el cuerpo repare y regenere sus células, idealmente debe dormir entre 6 a 8 horas”. También es clave evitar el estrés crónico. “Puede acelerar el envejecimiento celular debido a la liberación de hormonas como el cortisol, que afectan la salud celular”.

¿Ayudan los tés antioxidantes? “Sí. El té verde y el té de hibisco son ricos en antioxidantes que ayudan a neutralizar los radicales libres”.