

O consumo de mate ou chimarrão, preparado como uma infusão de folhas secas e moídas de *Ilex paraguariensis* St Hil, é comum em áreas do Sul do Brasil, nordeste da Argentina e no Uruguai. Muitos compostos estão presentes nas folhas da erva-mate, entre eles alcalóides da família das metilxantinas. A cafeína é um alcalóide de grande interesse sob o ponto de vista farmacológico e terapêutico, pois tem efeito diurético e estimulante sobre os sistemas nervoso central, respiratório e cardiovascular. Este alcalóide é amplamente utilizado em todo o mundo, presente em vários tipos de bebidas e alimentos, como o café (*Coffea arabica*), o chá (*Camelia sinensis*), o chocolate (*Theobroma cacao*), o mate (*Ilex paraguariensis*) e a cola (*Cola acuminata*). Tem sido especulado que a cafeína cause dependência física, levando a um consumo diário regular. Com o objetivo de avaliar o consumo de chimarrão na cidade de Cruz Alta-RS, foram entrevistados 350 moradores de diferentes bairros. Os participantes foram convidados a responder um questionário com questões fechadas e abertas sobre o assunto. Entre os moradores que aceitaram responder o questionário 64,3% eram do sexo feminino. A média de idade foi de 46 ± 16 anos. A análise da frequência do consumo de mate permitiu verificar que 90% consomem mate; destes 9,5% consomem até três vezes por semana, 28,9%, uma vez ao dia, 39%, duas vezes ao dia e 22,6%, três ou mais vezes ao dia. Quanto ao consumo de outras bebidas que contenha cafeína, 62,3% consomem café, 48,2%, refrigerantes, 17%, chá mate ou chá preto e 8,5%, chocolate em pó. O estudo comprovou o amplo consumo de mate na cidade de Cruz Alta, pois a maioria dos entrevistados consome esta bebida frequentemente, além de associá-la a outras fontes cafeína. Essas pessoas estão expostas a doses diárias consideráveis de cafeína, podendo sofrer ou desenvolver dependência desta substância.