vinetur

Los bebedores moderados visitan menos el hospital, según un estudio de la Universidad de Harvard

Investigadores de la Universidad de Harvard afirman que consumidores moderados realizan menos visitas al hospital en comparación con abstemios y empedernidos. Para el estudio se investigaron los historiales clínicos de 13.000 pacientes a lo largo de 35 años

jueves 27 de diciembre de 2018



¿Puede una copa de vino al día realmente alejar al médico y a los hospitales? Un nuevo estudio publicado este mes de diciembre de 2018 en la revista científica Addiction afirma que sí.

Investigadores de la Universidad de Harvard, el Instituto Neurológico del Mediterráneo de Italia y la Universidad de Molise investigaron la relación entre el consumo de alcohol y el riesgo de hospitalización, y encontraron que los que consumían aproximadamente una bebida por día sufrían menos visitas al hospital en comparación con los que bebían más y los que no bebían nada en absoluto.

Utilizando datos del estudio de cohorte Moli-sani, los investigadores recopilaron información sobre los hábitos de consumo de 20.682 hombres y mujeres de 35 años o más que viven en la región de Molise en Italia, y rastrearon sus registros de ingreso hospitalario durante un período de aproximadamente seis años. Los sujetos se clasificaron según su condición de bebedores: abstinente de por vida, ex bebedor, bebedor ocasional (alguien que bebe menos de 2.5 bebidas por mes) o bebedor actual (alguien que bebe con más frecuencia). También se clasificaron por gramos de alcohol que consumieron por día durante el año antes de inscribirse en el estudio: 1 a 12

gramos por día, 12.1 a 24 gramos, 24.1 a 48 gramos y más de 48 gramos (una copa de vino estándar contiene aproximadamente 14 gramos de alcohol).

En el transcurso del estudio, se registraron cerca de 13.000 hospitalizaciones. Los que bebían de 1 a 12 gramos de alcohol por día tenían la tasa más baja de visitas al hospital.

En cuanto a su condición de bebedores, los grupos de abstemios de toda la vida y ex bebedores, visitaron más el hospital que aquellos en esta categoría de aproximadamente una bebida por día, que no solo tuvieron una menor tasa de hospitalización por todas las causas, sino también específicamente por enfermedades cardiovasculares.

Por otro lado, la población estudiada agregó un factor fundamental a la investigación: la dieta. "Investigamos la relación entre el consumo de alcohol y el riesgo de hospitalización en una gran cohorte de adultos prospectiva basada en la población, que vive en una región centro-sur de Italia, con tradiciones dietéticas mediterráneas", dijo la Dra. Simona Costanzo, autora del estudio. Una dieta mediterránea incluye un consumo moderado de vino (entre otros alimentos saludables) y se ha demostrado que tiene muchos beneficios para la salud.

Por supuesto, el estudio no está exento de advertencias: "Aunque el consumo de alcohol no excesivo y moderado obtuvo los mejores resultados, tampoco suprime la posibilidad de ser hospitalizado", dijo Costanzo. También advirtió que se demostró que aquellos en la categoría de consumo excesivo de alcohol (más de aproximadamente cuatro bebidas por día) tienen un riesgo significativamente mayor de ir al hospital, especialmente para enfermedades relacionadas con el alcohol y el cáncer. (El riesgo era aún mayor si el bebedor empedernido también fumaba).

"Sin embargo, esta investigación reafirma que no hay evidencia científica para demonizar el alcohol", dijo Costanzo. "Como un componente de la dieta mediterránea, que incluye un estilo de vida social y amigable, el alcohol con moderación no resulta un factor negativo", sentenció.

Fuente: Alcohol consumption and hospitalization burden in an adult Italian population: prospective results from the Moli-sani study https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/add.14490