

Η μέτρια κατανάλωση μπίρας μειώνει τον κίνδυνο εμφράγματος

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Σύμφωνα με νέα μελέτη, που πραγματοποιήθηκε στη Σουηδία, φαίνεται ότι οι γυναίκες που καταναλώνουν 1-2 μπίρες την εβδομάδα διατρέχουν χαμηλότερο κίνδυνο εμφάνισης εμφράγματος, συγκριτικά με όσες καταναλώνουν μεγαλύτερη ποσότητα μπίρας ή καθόλου.

Για τους σκοπούς της μελέτης, οι ερευνητές συγκέντρωσαν πληροφορίες σχετικά με τη συχνότητα και ποσότητα κατανάλωσης αλκοολούχων ποτών από 1.500 γυναίκες, τις οποίες στη συνέχεια παρακολούθησαν για διάστημα 32 ετών.

Συνολικά, η μέτρια κατανάλωση μπίρας φάνηκε να δρα προστατευτικά ενάντια στον κίνδυνο εμφάνισης εμφράγματος. Ειδικότερα, βρέθηκε ότι οι γυναίκες που καταναλώναν μπίρα από 1-2 φορές το μήνα έως 1-2 φορές την εβδομάδα είχαν 30% χαμηλότερο κίνδυνο εμφάνισης εμφράγματος, σε σχέση με εκείνες που δεν καταναλώναν καθόλου μπίρα ή ξεπερνούσαν τις 1-2 μπίρες την εβδομάδα. Από την άλλη, η συχνή κατανάλωση αλκοολούχων ποτών, φάνηκε να συνδέεται με υψηλότερο κίνδυνο θανάτου από καρκίνο.

Όπως αναφέρει η επικεφαλής της ερευνητικής ομάδας, παλαιότερες μελέτες έχουν δείξει πως η μέτρια κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να ασκεί προστατευτική δράση ενάντια στον κίνδυνο εμφάνισης καρδιαγγειακών νοσημάτων. Ωστόσο,

απαιτούνται περαιτέρω μελέτες, προκειμένου να επιβεβαιωθούν τα παρατηρούμενα ευρήματα.

Πηγή: neadiatrofis.gr