

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## CAFFÈ E MORTALITÀ, QUALE RELAZIONE?

Bere caffè potrebbe allungare la vita. Uno studio, svolto in dieci paesi europei, ha trovato un possibile effetto positivo del consumo di caffè sulla mortalità. Tuttavia, nella ricerca non sono state considerate tutte le altre abitudini nei consumatori di caffè, che potrebbero influire sui risultati, ma solo alcuni fattori di confondimento, per esempio il livello di istruzione e l'abitudine al fumo.

I dati sono relativi a 521.330 individui inseriti nello studio Epic, provenienti da dieci paesi europei con diverse abitudini relative al caffè. Durante il follow up di 16,4 anni sono stati osservati 41.693 decessi. Il gruppo con il consumo di caffè maggiore aveva una mortalità più bassa, in particolare per le malattie dell'apparato digerente. Per le donne si osservava anche una mortalità inferiore per le malattie circolatorie e cerebrovascolari. Un possibile aspetto dannoso del caffè era suggerito dall'associazione positiva tra consumo e la mortalità per cancro dell'ovario nelle donne. Non c'erano variazioni tra i paesi.

Fonte: Gunter, M. J., Murphy, N., Cross, A. J., Dossus, L., Dartois, L., Fagherazzi, G., ... & Tjønneland, A. (2017). Coffee Drinking and Mortality in 10 European Countries: A Multinational Cohort Study. *Annals of Internal Medicine*, 167(4), 236-247