



Il caffè fa bene al cuore? Lo studio e l'ipotesi sull'effetto protettivo

Descrizione

(Adnkronos) -

Il caffè non è sempre dannoso per il cuore. E, secondo uno studio recente, potrebbe avere anche un effetto protettivo per soggetti a rischio. Lo studio clinico Does Eliminating Coffee Avoid Fibrillation (Decaf) ha acceso i riflettori sugli effetti della bevanda su 200 soggetti costretti a convivere con aritmia cardiaca. Il Journal of the American Medical Association ha pubblicato i risultati della ricerca, che sono stati presentati anche alla conferenza dell'American Heart Association a New Orleans.

Solo negli Stati Uniti, la fibrillazione atriale è una condizione diagnosticata a 10 milioni di persone. Questi soggetti possono presentare palpitazioni e potenzialmente rischiano insufficienza cardiaca, coaguli di sangue e ictus.

Non è insolito che i medici consiglino a chi soffre di fibrillazione atriale di interrompere il consumo di caffè contenente caffeina, che può innescare un aumento della frequenza cardiaca. I risultati dello studio, citato recentemente anche dal Guardian, potrebbero modificare il quadro complessivo.

La ricerca, durata sei mesi, ha coinvolto in particolare individui anziani tra Stati Uniti, Canada e Australia che avevano bevuto regolarmente caffè negli ultimi cinque anni. I soggetti coinvolti nello studio sono stati divisi in maniera casuale in due gruppi: un gruppo ha ridotto l'assunzione di caffè, l'altro ha bevuto almeno una tazzina al giorno. Il monitoraggio dei partecipanti è avvenuto attraverso elettrocardiogrammi e dispositivi indossati, che hanno segnalato eventuali anomalie nel battito cardiaco.

La ricerca ha evidenziato un dato che può apparire sorprendente: chi beveva caffè aveva il 17% di probabilità in meno di avere una recidiva di battito cardiaco irregolare durante lo studio. L'intervallo tra un episodio e l'altro, inoltre, si è allungato in maniera sensibile.

Secondo il professor Marcus, cardiologo e docente presso l'Università della California a San Francisco, l'esito dello studio indica quanto il caffè con caffeina sembri essere protettivo nel prevenire la fibrillazione atriale. La ricerca, in realtà, presenta anche limiti: è stata estesa a bevande diverse dal caffè ma contenenti caffeina e non ha valutato in maniera approfondita le differenze nelle abitudini di esercizio fisico o nella dieta dei partecipanti.

In questo contesto, vanno evidenziate le parole della professoressa Johanna Contreras, cardiologa presso il Mount Sinai Fuster Heart Hospital di New York, alla NBC: lo studio fa ritenere che per chi soffre di fibrillazione atriale sia accettabile consumare caffè con moderazione. Ma l'esperta non si spinge ad affermare con certezza che la bevanda abbia proprietà protettive.

??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Gennaio 17, 2026

Autore

redazione