

El consumo diario de una bebida con alcohol está asociado con una menor tasa de muerte de todo tipo, pero llega hasta un 48 por ciento menos de incidencia de muerte cardiovascular en el caso del consumo de vino

Redacción, Madrid (2-3-2007).- Una copa de vino diaria amplía hasta casi cuatro años la vida de los hombres, según un estudio de la Universidad Wageningen y el Instituto Nacional de Salud Pública y Medio Ambiente en Bilthoven (Holanda) que muestra que consumir una pequeña cantidad de alcohol a diario podría estar asociado con un aumento en la esperanza de vida. Las conclusiones de la investigación se han hecho públicas durante la conferencia anual de Epidemiología y Prevención de la Enfermedad Cardiovascular que se celebra en Orlando (Estados Unidos).

Los investigadores descubrieron que el consumo diario de una bebida con alcohol al día estaba asociado con una menor tasa de muerte cardiovascular y de todo tipo. Al comparar licores y cerveza, el consumo de pequeñas cantidades de vino, de aproximadamente media copa al día, estaba asociado con los niveles más bajos de mortalidad.

En el estudio participaron 1.373 hombres nacidos entre 1900 y 1920 que fueron encuestados en detalle sobre su consumo de alcohol en siete ocasiones en 40 años. Los participantes que procedían de Zutphen, una ciudad industrial de la que el estudio tomó su nombre, fueron seguidos hasta su muerte o hasta el final de la recopilación de los datos a mediados del año 2000. Los cuestionarios incluían hábitos de consumo de alcohol, dieta y tabaquismo, índice de masa corporal, prevalencia de ataque cardíaco, ictus, diabetes y cáncer.

Los investigadores descubrieron que un consumo bajo de alcohol a largo plazo de menos o igual a 20 gramos al día en comparación con no tomar nada estaba asociado con un 36 por ciento menos de riesgo de todo tipo de mortalidad y un 34 por ciento menos de riesgo de mortalidad cardiovascular.

Cuando los investigadores examinaron de forma independiente el consumo de vino, la disminución del riesgo fue menor. Los participantes que bebían alrededor de media copa de vino al día durante un periodo prolongado de tiempo tenían un 40 por ciento menos de tasa de mortalidad de todo tipo y un 48 por ciento menos de incidencia de muerte cardiovascular en comparación con los no bebedores.

Según los resultados, la esperanza de vida fue 3,8 años mayor entre los hombres que tomaban vino en comparación con aquellos que no tomaban bebidas alcohólicas. La esperanza de vida de los consumidores de vino fue dos años mayor que la de los consumidores de otras bebidas alcohólicas. Los hombres con un consumo de alcohol a largo plazo de menos o igual a 20 gramos al día tenían una esperanza de vida superior en más de un año y medio en comparación con los que no tomaban nada de alcohol.