

¿El café aumenta el riesgo cardiovascular?

Dr. Juan Quiles Granado

11 de noviembre de 2013

Metaanálisis en el que se analiza la relación entre el consumo crónico de café y el riesgo de sufrir alguna enfermedad cardiovascular.

La relación entre el consumo de café y el riesgo de aparición de enfermedad cardiovascular no está claro. La revista *Circulation* publica esta semana de forma anticipada un metaanálisis en el que se analiza la relación entre el consumo de café a largo plazo y el riesgo cardiovascular, así como la relación entre la dosis y la respuesta.

Los autores realizaron una búsqueda en Pubmed y EMBASE de estudios de cohorte prospectivos en los que se analizara la relación entre el consumo de café y el riesgo de enfermedad cardiovascular, incluyendo la enfermedad coronaria, accidente cerebrovascular, insuficiencia cardíaca y la mortalidad por enfermedad cardiovascular. Se incluyeron 36 estudios con un total de 1.279.804 participantes y 36.352 casos de enfermedades cardiovasculares. Se identificó una relación no lineal entre el consumo de café y el riesgo de enfermedad cardiovascular (p para la heterogeneidad = 0,09 , p para la tendencia <0,001 , P para la no linealidad <0,001). En comparación con la categoría más baja de consumo de café (mediana: 0 tazas/día), el riesgo relativo de enfermedad cardiovascular fue de 0,95 (IC 95%: 0,87 a 1,03) para la categoría más alta (mediana: 5 tazas/día), 0,85 (0,80 a 0,90) para la segunda más alta (mediana: 3,5 tazas/días), y 0,89 (0,84 a 0,94) para la tercera categoría más alta (media: 1,5 tazas/ día). Analizando los eventos estudiados por separado, se encontró una relación no lineal asociada tanto con la enfermedad coronaria (p para la heterogeneidad = 0,001, p para la tendencia <0,001, P para la no linealidad <0,001) y el riesgo de accidente cerebrovascular (p para la heterogeneidad = 0,07, p para la tendencia <0,001, p para la no linealidad <0,001) (p para las diferencias de tendencia >0,05).

Con estos datos, los autores concluyen que el consumo moderado de café se asocia inversamente y de forma significativa con el riesgo de enfermedades cardiovasculares, siendo el riesgo cardiovascular más bajo entre aquellos que consumen entre 3 y 5 tazas de café al día. El consumo excesivo de café no se asoció con un riesgo de enfermedad cardiovascular elevado.

COMENTARIO

El consumo de café es un hábito muy extendido en la población, así como entre los pacientes con enfermedad cardiovascular, y muy frecuentemente un motivo de consulta de dichos pacientes tras sufrir un evento. Existe discordancia entre los datos de los estudios, con algunos estudios en los que el consumo de 4 tazas diarias de café se asocia a una mayor mortalidad y otro metaanálisis incluyendo 7 estudios no encuentra asociación entre el consumo de café y el riesgo cardiovascular. El metaanálisis actual incluye un mayor número de estudios así como ajuste por variables de confusión. Además de este metaanálisis, existen otros estudios que analizan el papel del consumo de café sobre los factores de riesgo como la hipertensión y la hipercolesterolemia. La mayoría de la evidencia sugiere que el consumo regular y moderado de café no tiene efectos a largo plazo sobre la presión arterial y no aumenta el riesgo de hipertensión. Tomando en conjunto todos estos datos, parece que el consumo de café es seguro para los pacientes y no incrementa el riesgo cardiovascular, siempre teniendo en cuenta las limitaciones de este tipo de estudios y la dificultad para comprobar los resultados en estudios prospectivos.

Referencia

Long-Term Coffee Consumption and Risk of Cardiovascular Disease: A Systematic Review and a Dose-Response Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies

- Ming Ding, Shilpa N. Bhupathiraju, Ambika Satija, Rob M. van Dam, Frank B. Hu.
- doi: 10.1161/CIRCULATIONAHA.113.005925.

Web Cardiología hoy

¿El café aumenta el riesgo cardiovascular?