

Reduzir consumo diário de álcool diminui doença coronária, mostra estudo



A redução do consumo diário de **álcool** diminui os riscos de **doença coronária**, de pressão arterial elevada e ajuda a perder peso, mostra estudo publicado no British Medical Journal.

Ao contrário dos conselhos que muitos médicos dão aos pacientes, de que um copo ou dois de álcool por dia é bom para o coração, a pesquisa vai em sentido oposto e diz que essa medida "passa da marca".

O trabalho foi feito por pesquisadores que se basearam em 50 estudos sobre hábitos de **consumo** de bebidas alcoólicas e sua relação com a saúde em mais de 260 mil europeus.

Os especialistas deram atenção especial às pessoas que tinham uma variante de um gene chamado ADH1B e correm menos risco de alcoolismo.

O novo estudo apurou que os indivíduos com essa variante genética bebiam 17% menos por semana e tinham 78% menos probabilidade de ir bebendo ao longo do dia. Paralelamente, mostravam um risco 10% mais baixo de doença coronária, além de pressão arterial e índice de massa corporal mais baixos.

"Esses resultados sugerem que a redução do consumo de álcool, mesmo sendo o consumo diário baixo a moderado, é benéfico para a saúde cardíaca", conclui o estudo.

No entanto, o assunto não é consensual, visto que outros especialistas têm alertado para o fato de que os consumidores com a variante genética podem ter outros fatores de saúde que influenciem a diminuição dos riscos causados pela bebida.

Fonte: Agência Brasil