

Doença mata duas pessoas por hora em Portugal

## CAFÉ PODE REDUZIR RISCO DE AVC EM MULHERES

Mulheres que bebem entre uma e duas chávenas de café por dia têm menor probabilidade de vir a sofrer um Acidente Vascular Cerebral (AVC), do que aquelas que não consomem a bebida. A conclusão é de uma investigação norte-americana, do grupo de mamografia de Karolinska, que abrangeu um total de 34.670 mulheres sem históricos de doenças cardiovasculares.

O estudo teve uma duração de 10 anos, ao fim dos quais a equipa constatou 1.680 ocorrências de problemas cardíacos diversos e, após a análise dos factores de risco, o consumo de café foi associado com um menor risco estatisticamente significativo de AVC total e enfarte cerebral.

***"O café tem efeito antioxidante, diminui a acumulação de gorduras saturadas e reduz a resistência à insulina, propriedades que podem minimizar o risco de AVC. Este estudo vem, por isso, reforçar que a cafeína – frequentemente considerada como prejudicial à saúde – pode, afinal, ter um efeito protector em relação a várias patologias, como é o caso dos Acidentes Vasculares Cerebrais"***, considera o Prof. Rodrigo Cunha, Neurologista.

Em Portugal, o AVC tem uma dimensão alarmante: a taxa de mortalidade é de cerca de 200/100.000 habitantes (o que corresponde a duas mortes por hora), sendo das mais elevadas na União Europeia. É responsável pelo internamento de mais de 25.000 doentes/ano e por elevado grau de incapacidade – 50% dos doentes que sobrevivem a um AVC ficam com limitações permanentes nas actividades da vida diária.

O **Programa "Café e Saúde"** foi implementado em Portugal, em 2007, pela AICC (Associação Industrial e Comercial do Café) com o objectivo de mudar a atitude dos profissionais de saúde relativamente ao consumo de café. É um projecto de informação, dirigido a profissionais de saúde, que procura esclarecer e desvendar mitos sobre a ingestão do café, reunir evidência científica quanto aos benefícios inerentes ao seu consumo na prevenção de algumas patologias e estimular o conhecimento específico sobre esta temática. Criado pela OIC (Organização Internacional do Café) apoia, actualmente, programas em Portugal, Espanha, Alemanha, Itália, Finlândia, França, Holanda, Rússia e Reino Unido.

**Para mais informações:**

**Grupo Inforpress** – 21 324 0227 – 96 346 1293

João Duarte- [jduarte@inforpress.com](mailto:jduarte@inforpress.com)

Lívia Lima – [saude@inforpress.com](mailto:saude@inforpress.com)

**AVISO**

Informamos que os dados que constam desta comunicação fazem parte de um arquivo da propriedade do GABINETE DE PRENSA INFORPRESS, S.L. com o objectivo de gerir o nosso negócio e de informar dos nossos serviços. Se desejar exercer os direitos de acesso, rectificação, cancelamento e oposição pode dirigir-se por escrito para a seguinte morada: GRUPO INFORPRESS, Avenida da Liberdade, n.º157 1.º, 1250-141 Lisboa.