

Dia Mundial da Doença de Alzheimer assinala-se a 21 de Setembro

INVESTIGAÇÃO MÉDICA REVELA IMPACTO POSITIVO DA CAFEÍNA NA DEMÊNCIA E DOENÇA DE ALZHEIMER

Um estudo publicado no *Journal of Alzheimer's Disease* revela que o consumo de café tem um efeito benéfico no atrasar do aparecimento e diminuição da progressão da Doença de Alzheimer: de acordo com os resultados obtidos, as pessoas com mais de 65 anos que apresentaram níveis mais altos de cafeína (equivalentes a 3 ou mais chávenas de café por dia) desenvolveram a doença de Alzheimer dois a quatro anos mais tarde do que as que tinham níveis inferiores de cafeína.

O ensaio durou 4 anos, durante os quais, os investigadores acompanharam 124 adultos com idades compreendidas entre os 65 e 88 anos com MCI (*mild cognitive impairment*), a designação científica para perda de memória leve. Os investigadores concluíram que **a ingestão de café está associada a uma redução do risco de desenvolver demência ou a um atraso no aparecimento da doença**. De facto, os participantes que desenvolveram a doença de Alzheimer mais precocemente registavam níveis de cafeína 51% mais baixos, quando comparados com os que mantiveram a memória estável.

“O que este estudo revela é que pessoas que ingerem frequentemente cafeína têm a perda de capacidades cognitivas adiada. Desta forma, o consumo de 3 a 4 cafés diários surge, assim, como uma medida preventiva, capaz de adiar a evolução de doenças degenerativas como é o caso do Alzheimer, proporcionando uma melhoria na qualidade de vida do doente e familiares”, defende Rodrigo Cunha, investigador e professor da Faculdade de Medicina de Coimbra.

Em Portugal, de acordo com os resultados do projeto *European Collaboration on Dementia (Eurocode)* estima-se que existam cerca de 153.000 pessoas com demência, 90.000 das quais com doença de Alzheimer. Como o envelhecimento é o principal factor de risco para o desenvolvimento de demência, o envelhecimento da população Europeia leva os especialistas a prever uma duplicação destes valores em 2040. Todos os anos, 1,4 milhões de cidadãos europeus desenvolvem demência, o que significa que, a cada 24 segundos, um novo caso é diagnosticado.

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 projeto 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.

Imagens em alta resolução:

informedia.com.pt

User: AICC

Pass: aicc..12

Para mais informações:

Infopress – 21 324 0227 | 96 346 1296

Maria João Barbedo – saude@inforpress.com

João Duarte – jduarte@inforpress.com