

Estudio sugiere que beber café podría reducir el riesgo de cáncer de hígado



Una buena noticia para los amantes del café y es que **beber más café podría reducir el riesgo de desarrollar la forma más común de cáncer de hígado** primario, según un estudio dirigido por la Universidad de Southampton.

Investigadores de Southampton y la Universidad de Edimburgo, encontraron que cuanto más café se consume, mayor será la protección contra el cáncer hepatocelular (CHC).

Beber una taza más de café con cafeína al día estuvo asociado con una reducción del 20% en el riesgo de desarrollar CHC, dos tazas más con una reducción del 35% y hasta cinco tazas con una reducción a la mitad del riesgo.

Se encontró que la protección era la misma para los bebedores de café ya existentes y para aquellos que no lo bebían normalmente, y cuanto más café se consumía mayor era el efecto, aunque había pocos datos disponibles por encima de cinco tazas al día.

También se descubrió que el café descafeinado tenía un efecto beneficioso, aunque menos marcado.

La investigación, publicada en la revista [BMJ Open](#), examinó los datos de 26 estudios

observacionales, en los que participaron más de 2,25 millones de participantes, para calcular los riesgos relativos de desarrollar CHC bebiendo entre una y cinco tazas de café con cafeína al día.

El autor principal, el doctor Oliver Kennedy, de la Universidad de Southampton, dijo: *"Se cree que el café posee una serie de beneficios para la salud, y estos últimos hallazgos sugieren que podría tener un efecto significativo en el riesgo de cáncer de hígado"*.

"No estamos sugiriendo que todo el mundo deba empezar a beber cinco tazas de café al día sin embargo. Tiene que haber más investigación sobre los posibles daños de la alta ingesta de café-cafeína, y hay evidencia que debe evitarse en ciertos grupos, como en mujeres embarazadas".

"Sin embargo, nuestros hallazgos son un desarrollo importante dado la creciente evidencia de CHC a nivel mundial y su mal pronóstico".

El CHC es la segunda causa principal de muerte por cáncer a nivel mundial debido a su mal pronóstico y la alta frecuencia, especialmente en China y el sudeste de Asia. Se desarrolla principalmente en personas que ya sufren de enfermedad hepática crónica.

Se estima que para el año 2030, el número de nuevos casos por año habrá aumentado en un 50 % a más de 1,2 millones.

Las moléculas compuestas que se encuentran en el café poseen propiedades antioxidantes, antiinflamatorias, anticancerígenas y otras beneficiosas que los científicos creen pueden explicar las tasas más bajas de enfermedad hepática crónica y cáncer de hígado que experimentan los bebedores de café.

Alrededor de 2.25 mil millones de tazas de café se consumen diariamente en todo el mundo, y el aumento del consumo de café ya ha demostrado que protege para otro tipo de condiciones hepáticas como la cirrosis.

El profesor Peter Hayes, de la Universidad de Edimburgo, comentó: *"Hemos demostrado que el café reduce la cirrosis y también el cáncer de hígado en una forma dependiente de la dosis. También se ha informado que el café reduce el riesgo de muerte por muchas otras causas. A la evidencia de que, con moderación, el café puede ser una maravillosa medicina natural"*.

El Dr. Kennedy agregó: *"El siguiente paso ahora es que los investigadores averigüen la efectividad, a través de ensayos aleatorios, del aumento del consumo de café para aquellos con riesgo de cáncer de hígado"*.