

Miércoles 08 de marzo, 2006
San José, Costa Rica.

Diferencia se encuentra en un gen

El café aumenta riesgo de infarto cardíaco en algunos

**El peligro es para quienes metabolizan la cafeína de forma más lenta
La investigación se desarrolló en 4.000 pacientes costarricenses**

Debbie Ponchner
dponchner@nacion.com

Tomar café en grandes cantidades -más de cuatro tazas al día- puede aumentar hasta en 64% su riesgo de sufrir un infarto cardíaco, pero solo si usted es uno de los individuos cuya genética dicta un mecanismo lento de absorción de la cafeína.

En cambio, quienes metabolizan la cafeína de forma rápida no aumentan, con cada taza de café que disfrutan, su riesgo de padecer enfermedad coronaria.



Quienes tienen un metabolismo lento de la cafeína corren un mayor riesgo de infarto, si consumen más de cuatro tazas de café al día.
Archivo

Además:

- El corazón de 4.000 ticos 'bajo la lupa'

Esta relación entre la cafeína, la genética de la persona y la enfermedad coronaria fue demostrada en un estudio en el que participaron poco más de 4.000 costarricenses, todos habitantes de la Gran Área Metropolitana.

Bajo la dirección de investigadores de la Universidad de Costa Rica, la Universidad de Toronto y la Universidad de Harvard el estudio confirma observaciones hechas antes de que existe una relación entre el consumo de café y el padecimiento de infartos. Sin embargo, demuestra que solo es cierto para personas con una genética específica.

El estudio lo da a conocer hoy la revista *Journal of the American Medical Association* y fue desarrollado por la costarricense Hannia Campos en colaboración con Ahmed El-Sohehy, Marilyn Cornelis y Edmond Kabagambe.

Un gen. Todo se debe al gen CYP1A2, encargado de llevar a cabo el metabolismo de la cafeína en el hígado de la persona, explicó Hannia Campos en una entrevista telefónica desde su oficina en la Escuela de Salud Pública de Harvard, en Massachusetts.

Existen dos alelos o formas de "escribir" ese gen. Ambas son correctas y se distinguen una de otra en tan solo un aminoácido en la cadena de ADN que lo compone.

Esa minúscula diferencia hace que algunas personas hereden la versión del gen que realiza un metabolismo lento de la cafeína, mientras que otras obtienen la que realiza el metabolismo rápido.

Popular bebida

El café es una buena fuente de cafeína, el estimulante más consumido en el mundo

Quienes tienen la versión lenta, no logran eliminar la cafeína del todo de su cuerpo.

Al cabo del tiempo, esa acumulación de cafeína puede llevar a un aumento en la presión sanguínea y otras condiciones involucradas en un posible infarto, explicó Campos, quien también es investigadora del Centro Centroamericano de Población de la Universidad de Costa Rica (UCR).

El estudio. Teniendo en consideración la existencia de este gen involucrado en el metabolismo de la cafeína, Hannia Campos y Ahmed El-Soheemy diseñaron un estudio que evaluara el efecto del consumo de café, el gen y el riesgo de sufrir un infarto.

Tomaron a 4.000 costarricenses. La mitad de ellos sufrieron un ataque del corazón entre 1994 y 2004, la otra mitad son individuos, de edad similar a cada uno de los pacientes, pero que no han tenido infartos.

A todos los participantes en el estudio se les realizó entrevistas sobre su alimentación y estilo de vida; además se les tomó muestras de sangre y la medición de la proporción de grasa en el cuerpo.

Primero determinaron cuál alelo tenía cada persona.

En la población estudiada, el 55% tenía el alelo de metabolismo lento de la cafeína. No obstante, los investigadores advierten que esta proporción no puede generalizarse, posiblemente varíe en otros grupos poblacionales.

Luego, realizaron la correlación entre consumo de café y el desarrollo de un infarto.

El-Soheemy explicó a *La Nación* que quienes portaban el "alelo lento" y tomaban más de cuatro tazas de café al día incrementaban en un 64% su riesgo de sufrir un infarto.

En cambio, quienes portaban el "alelo rápido" no se veían perjudicados por el consumo del café. Es más, en personas menores de 50 años, incluso se podía observar un efecto protector del café en ellos, dijo El Soheemy.

También estudiaron el efecto de los fumadores. Hallaron que el café solo es un factor de riesgo en quienes portan el "alelo lento", sin importar si son fumadores o no.

¿Dejamos de tomar café? Tanto Campos como El-Soheemy advirtieron que este es tan solo el primer estudio en observar esto y debe ser repetido antes de tomar medidas basadas en sus conclusiones.

Para aquellos que ya han sufrido un infarto, El-Soheemy aconsejó cortar el consumo de café a una taza diaria.

Campos destacó que otros estudios en proceso podrían indicar que para estos pacientes sería bueno eliminar la cafeína de su dieta.

Sin embargo, para el resto de las personas el café es bueno. Se ha demostrado sus beneficios contra el Parkinson y la diabetes, recalcó Campos. "Si me preguntan si voy a seguir tomando café, mi respuesta es sí", concluyó.

El corazón de 4.000 ticos 'bajo la lupa'

Debbie Ponchner

dponchner@nacion.com

Hannia Campos lleva poco más de una década investigando las relaciones entre la dieta, los genes y la enfermedad cardíaca en nuestro país.

En 1994 se inició el Proyecto de Salud Coronaria, una ambiciosa investigación financiada por los Institutos Nacionales de Salud de Estados Unidos (NIH).

El estudio liderado por Campos es llevado a cabo por el departamento de nutrición de la Escuela de Salud Pública de Harvard y el Centro Centroamericano de Población de la Universidad de Costa Rica.

Entre 1994 y el 2004, Campos y sus colegas reclutaron 2.150 costarricenses del Valle Central que sufrieron un infarto.

Día a día visitaron seis hospitales metropolitanos en busca de los pacientes que habían sufrido un ataque de corazón.

Por cada paciente reclutado, buscaron otro costarricense, de edad y situación similar, pero que no había tenido un infarto, como población de control.

El detallado estudio de esa población ha originado más de 30 importantes publicaciones científicas en torno al efecto de la dieta en la salud coronaria en una sociedad latinoamericana.

El proyecto ha determinado, por ejemplo, que un alto consumo de grasa animal aumenta el riesgo de infarto en los costarricenses, mientras que comer una ración de frijoles al día sirve para proteger al corazón.

Ahora, tras diez años de recolección de datos, Campos posee una población de estudio lo suficientemente grande para realizar análisis genéticos.

La vinculación del gen involucrado en el metabolismo de la cafeína, el consumo de café y el riesgo de infarto, es el primero de los análisis genéticos que se extrae de este gran proyecto.