

Una botella de vino a la semana es tan malo como fumar 10 cigarrillos en las mujeres



Una botella de vino aumenta el riesgo de las mujeres a sufrir cáncer igual que fumarse diez cigarrillos a la semana, según un nuevo estudio. Para los hombres, una botella tiene un riesgo equivalente a fumar cinco cigarrillos a la semana.

Los autores del estudio explicaron que las mujeres son más vulnerables debido a un riesgo mayor de cáncer de mama derivado de beber alcohol.

La investigación, llevada a cabo por la Fundación NHS del hospital universitario de Southampton NHS Foundation Trust, la Universidad Bangor y la Universidad de Southampton, y publicada en la revista BMC Public Health, descubrió que en hombres que no fumaron nunca en su vida el riesgo de cáncer por beber una botella de vino a la semana es del 1,0%.

Para las mujeres no fumadoras es aproximadamente un 50% mayor, con un aumento del riesgo de cáncer del 1,4%.

Luego el equipo estimó que si 1.000 hombres no bebedores y 1.000 mujeres no bebedoras se bebieran una botella de vino a la semana durante toda su vida, en torno a 10 hombres y 14 mujeres desarrollarían cáncer.

Y si los 1.000 hombres y las 1.000 mujeres bebieran tres botellas de vino a la semana durante todas sus vidas, en torno a 19 hombres y 36 mujeres desarrollarían cáncer.

Comentando acerca de los hallazgos, la doctora Theresa Hydes, una de las autoras del estudio, dijo: “Está bien determinado que el consumo excesivo de alcohol está vinculado al cáncer de boca, garganta, cuerdas vocales, laringe, esófago, hígado y mama”.

“Sin embargo, si lo comparamos con el tabaco, este riesgo aún no es comprendido por el público en general”.

La doctora Hydes cree que convertir los riesgos del alcohol en “equivalentes del cigarrillo” podría ayudar a que la gente tome decisiones mejor informadas sobre lo que beben.

“Esperamos que usando la comparación con los cigarrillos podamos comunicar este mensaje con mayor eficacia para ayudar a las personas a elegir estilos de vida con más información”.

A los hombres y las mujeres se les recomienda no beber más de 14 unidades de alcohol a la semana, menos de una botella y media de vino, después de que las pruebas concluyeran que beber alcohol aumenta el riesgo de cáncer.

Pero antes de ir a la cocina y vaciar los vinos de nuestros estantes, los investigadores quieren señalar que el estudio no dice de ningún modo que beber alcohol con moderación sea equivalente a fumar.

“Nuestros hallazgos se refieren al riesgo durante toda la vida en toda la población”, agrega la doctora Hydes.

“El fumar mata a dos tercios de los fumadores y el cáncer es

solo una de las muchas consecuencias para la salud. Este estudio se refiere meramente al riesgo de cáncer en aislamiento”.

Los autores también señalan que el estudio no tiene en cuenta otras consecuencias de fumar o beber alcohol como son las enfermedades respiratorias, cardiovasculares o hepáticas, en cuyo caso las conclusiones probablemente serían bastante diferentes.

Jane Green, profesora de epidemiología y codirectora de la unidad de epidemiología del cáncer en la Universidad de Oxford, le dijo a Sky: “Es importante ver estos resultados en contexto”.

“Tanto para los hombres como las mujeres en el Reino Unido, el riesgo de sufrir cáncer a lo largo de una vida es del 50%”.

“Los autores estiman que el riesgo es de en torno a un 1% mayor para los hombres y mujeres que beben una botella de vino a la semana o que fuman entre cinco y diez cigarrillos a la semana, que para aquellos que ni fuman ni beben”.

La investigación sigue a otro estudio publicado el año pasado que descubrió que las personas que disfrutan de bebidas alcohólicas son más propensas a sufrir una muerte prematura que aquellas que no beben.

Según un estudio realizado por investigadores de la Universidad Queens de Belfast, un máximo de tres vasos de vino o cerveza a la semana podría reducir el riesgo de morir por cualquier causa, en particular el cáncer.

Pero los científicos también advirtieron de que el riesgo de sufrir enfermedades mortales aumenta ligeramente entre bebedores habituales.

Los hallazgos también dicen que con cada bebida adicional a la semana aumenta el riesgo de cáncer y muerte por cualquier causa.

Los que beben de forma muy excesiva (tres o más bebidas cada día) tienen un mayor riesgo de morir antes o de desarrollar un

cáncer, un 21%.

A este grupo le seguían los bebedores excesivos (dos o tres bebidas al día), un 10% más propensos a morir jóvenes o de sufrir cáncer.



Fuente: vida-estilo.