



Fundación de Investigaciones Sociales A.C.

**Alcohol-Infórmate**

[www.alcoholinformate.org.mx](http://www.alcoholinformate.org.mx)

---

## Una copa diaria para la artritis

SUECIA

Ya sabemos que el alcohol es bueno para el corazón, y ahora la nueva noticia es que también es bueno para las articulaciones.

Específicamente para prevenir el riesgo de la artritis reumatoidea, una enfermedad que provoca la inflamación de las articulaciones.

Según investigadores en Suecia, una copa diaria de alcohol podría reducir a la mitad el riesgo de desarrollar esta enfermedad incapacitante.

Los científicos del Instituto Karolinska, en Estocolmo, analizaron a 2.750 personas en dos estudios, uno en Suecia y uno en Dinamarca.

Para los que tomaron el equivalente a cinco copas de vino a la semana, afirman los investigadores, el riesgo fue 50% menor que los que tomaron las cantidades más pequeñas de alcohol.

Y entre más alcohol se toma -dice el estudio publicado en *Annals of the Rheumatic Diseases* (Anales de Enfermedades Reumáticas), mayor el efecto protector.

Pero cuidado, advierten los expertos, ya que es bien sabido que consumir demasiado alcohol puede aumentar el riesgo de muchos otros problemas de salud.

### Antiinflamatorio

La artritis reumatoidea es una enfermedad crónica, dolorosa y debilitante provocada por una disfunción del sistema inmune que resulta en la inflamación de articulaciones y tejidos circundantes.

Los dos nuevos estudios analizaron los factores de riesgo medioambientales y genéticos de la enfermedad.

Los participantes, de los cuales más de la mitad (1.750) padecían la enfermedad, respondieron cuestionarios sobre su estilo de vida, incluidos cuánto fumaban y cuánto alcohol tomaban.

Y también se tomaron muestras de sangre para analizar otros factores de riesgo genéticos.

Se consideró como bebedores empedernidos a aquéllos que bebían en promedio unas dos botellas y media de vino a la semana (o 24 unidades).

Los resultados mostraron que los bebían regularmente y consumían más alcohol tuvieron un menor riesgo de desarrollar la enfermedad.

En el estudio sueco, el 25% que consumía los niveles más altos de alcohol tuvo 50% menos riesgo que la mitad de participantes que tomaban la menor cantidad de alcohol.

Y el efecto, afirman los autores, fue el mismo para hombres y para mujeres, aunque la enfermedad afecta más a éstas.

## **Riesgos**

Aunque no se conoce su causa con exactitud, se sabe que la artritis reumatoidea está determinada en parte por los genes y en parte por factores de estilo de vida como fumar y beber.

Y según los autores, los estudios confirmaron que el tabaquismo es un factor de riesgo muy importante en la enfermedad.

Según los investigadores el alcohol parece tener un efecto antiinflamatorio que quizás podría proteger también contra otras enfermedades similares.

Pero los expertos subrayan que este efecto protector todavía no se conoce con exactitud y por lo tanto se necesitan más investigaciones.

Además, se sabe ya que beber en exceso puede causar muchos problemas de salud.

En particular se debe ser cauteloso cuando el paciente toma medicamentos antireumatoideos, ya que beber en exceso podría causar daño hepático.

**FUENTE:** *Nota de BBCMundo.com/Ciencia y Tecnología*

*<http://news.bbc.co.uk/go/pr/fr/-/hi/spanish/science/>*

*[newsid\\_7437000/7437488.stm](http://news.bbc.co.uk/go/pr/fr/-/hi/spanish/science/newsid_7437000/7437488.stm)*

