Il caffè riduce il rischio di cancro del colon

Data 25 settembre 2016
Categoria gastroenterologia

Uno studio caso-controllo conferma i risultati di una metanalisi precedente: il consumo regolare di caffè è associato ad una riduzione del rischio di cancro del colon.

In una pillola precedente sono stati recensiti alcuni studi che suggeriscono alcuni benefici del consumo regolare del caffè sulla salute .

Questi benefici sarebbero dovuti alla presenza nel caffè di sostanze ad azione antiossidante.

Per la verità si tratta di studi osservazionali per cui i risultati, come si può facilmente capire, devono essere interpretati con un minimo di prudenza.

Arriva ora un altro studio osservazionale caso-controllo che evidenzia come il consumo di caffè sia associato ad una riduzione del rischio di cancro del colon del 26%.

Gli autori hanno studiato le abitudini alimentari tramite un questionario di oltre 5000 soggetti affetti da cancro del colon, paragonati a poco più di 4000 controlli.

Si è visto che il consumo regolare di caffè, rispetto al non consumo, era associato ad una riduzione del rischio di cancro del colon del 26% (OR 0,74; 95%CI 0,64-0,86).

In particolare la riduzione del rischio era tanto più evidente quanto maggiore era il consumo giornaliero di caffè: 22% per una media di 1 o 2 caffè al giorno, 41% per una media di 2,5 caffè al giono e 54% per una media di più di 2,5 caffè al giorno.

Come detto si tratta di uno studio caso-controllo con varie limitazioni. Per esempio i casi avevano una storia familiare di cancro del colon più frequente dei controlli, così come una dieta con minor introito di vegetali. Inoltre non si può escludere la presenza del cosiddetto "recall bias" dato che il consumo di caffè era autoriferito dai partecipanti.

Ma come potrebbe il caffè influenzare lo sviluppo del cancro del colon? Si ipotizza che questo dipenda da alcune sostanze presenti nel caffè (per esempio la caffeina e i polifenoli) che oltre ad avere un' azione antiossidante agiscono aumentando la motilità intestinale e interagendo con i batteri della flora intestinale.

In ogni caso si tratta di dati evidenziati già da studi precedenti ed una metanalisi di studi osservazionalii era giunta a conclusioni simili. La metanalisi aveva considerato 25 studi caso-controllo e 16 studi di coorte per un totale di quasi 26000 partecipanti e suggeriva che il consuno di caffè è associato ad una riduzione del cancro del colon soprattutto nelle popolazioni europee e nelle donne.

RenatoRossi

Bibliografia

1. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=5503

2. Schmit SL et al. Coffee Consumption and the Risk of Colorectal Cancer. Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 2016;25:634-639

3. Li G et al. Coffee consumption and risk of colorectal cancer: a meta-analysis of observational studies. Public Health Nutr. 2013 Feb; 16:346-57

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 25/11/2026 alle ore 5:50 | Pagina 1 di 1