

Consumul de alcool, chiar și în cantități moderate, a fost asociat cu schimbări produse asupra structurii creierului și cu o creștere a riscului de degradare a funcțiilor acestuia, informează Reuters citând un studiu desfășurat timp de 30 de ani în Marea Britanie, ale cărui concluzii au fost publicate marți.

Cercetarea care a analizat creierul a 550 de persoane de vârstă a doua a descoperit că persoanele care consumau cele mai mari cantități de alcool aveau un risc crescut de astrofie hipocampică — o formă de deteriorare a creierului care afectează memoria și orientarea în spațiu.

Persoanele care obișnuiau să bea, în medie, peste 30 de unități pe săptămână prezentau cel mai mare risc, însă și cei care erau consumatori medii — între 14 și 21 de unități pe săptămână — aveau un risc mult mai mare de a dezvolta atrofia hipocampică în comparație cu subiecții abștinenți, au notat oamenii de știință.

Cercetătorii de la Universitatea Oxford și University College London au declarat că aceste rezultate susțin reducerea limitei maxime de consum la 14 unități de alcool pe săptămână, atât pentru bărbați cât și pentru femei, prevăzută în ghidul guvernamental de recomandări medicale din Marea Britanie, însă pun la îndoială limitele recomandate în Statele Unite. Ghidul guvernamental din Statele Unite sugerează că până la 24,5 unități de alcool pe săptămână reprezintă o limită sigură pentru bărbați, însă recenta cercetare a relevat un risc crescut privind schimbările produse asupra structurii creierului la doar 14-21 de unități pe săptămână.

O unitate este definită prin 10 mililitri (ml) de alcool pur. Un pahar mare cu bere conține circa două unități de alcool, iar o sticlă cu vin are în jur de nouă unități de alcool.

Studiul a analizat date măsurate în mod repetat în decursul a 30 de ani, între 1985 și 2015, privind consumul săptămânal de alcool și performanțele cognitive în cazul a 550 de bărbați și femei, având o stare bună de sănătate și o vârstă medie de 43 de ani la începutul cercetării.

La finalul analizei a fost efectuată o examinare RMN a creierului fiecărui participant, iar după ajustarea unor factori precum sexul, educația, categoria socială, activitatea fizică și socială, fumatul, riscul de accident vascular cerebral și istoricul medical, oamenii de știință au descoperit că un consum ridicat de alcool a fost asociat cu o creștere a riscului de declin cognitiv.

Consumul ridicat de alcool a fost asociat cu o degradare a "integrității materiei albe", un factor descris de cercetători drept critic în ceea ce privește funcția cerebrală.

Oamenii de știință au notat că în urma unui astfel de studiu observațional nu poate fi trasă o concluzie clară privind cauza și efectul, însă descoperirea poate avea importante implicații în ceea ce privește sănătatea publică în cazul unei mari părți a populației, notează sursa citată.

AGERPRES