

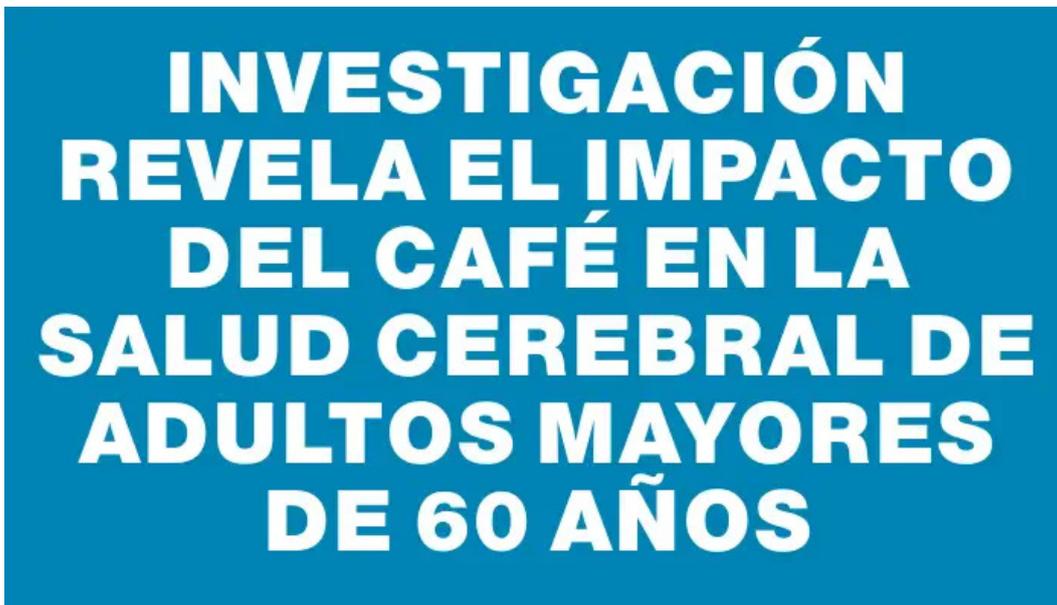
# Investigación revela el impacto del café en la salud cerebral de adultos mayores de 60 años

Sociedad



Publicada el: 16/12/24	Visitas: 127
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 95	Puntaje: 4.7

[https://www.ultimasnoticias.com.uy/sociedad/investigacion-revela-el-impacto-del-cafe-en-la-salud-cerebral-de-adultos-mayores-de-60-anos\\_11707.php](https://www.ultimasnoticias.com.uy/sociedad/investigacion-revela-el-impacto-del-cafe-en-la-salud-cerebral-de-adultos-mayores-de-60-anos_11707.php)



*Sociedad*

*Investigación revela el impacto del café en la salud cerebral de adultos mayores de 60 años*

**Estudio analiza cómo el consumo de café influye en la salud cognitiva de personas mayores de 60 años.**

## **Impacto del café en la función cognitiva de personas mayores**

Un estudio reciente ha puesto de manifiesto los efectos del consumo de café en la salud cerebral, particularmente en individuos mayores de 60 años.

A pesar de que el café es una de las bebidas más populares a nivel mundial, su relación con la función cognitiva ha sido objeto de análisis en numerosas ocasiones.

Este nuevo estudio proporciona insights importantes sobre cómo la cafeína influye en la cognición al avanzar en edad.

La investigación, publicada por Helsingin Sanomat, evaluó a una muestra de 8.451 adultos mayores del biobanco del Reino Unido. Los resultados indicaron que aquellos que consumían más de tres tazas de café al día presentaban un deterioro cognitivo un 8,83% superior en comparación con sus pares que no ingerían esta bebida.

Estos hallazgos sugieren que un consumo elevado de café podría acelerar los efectos del envejecimiento en el cerebro.

El estudio se enfocó exclusivamente en personas mayores de 60 años.

Kelsey R.

Sewell, investigadora del Advent Health Research Institute, señaló que estos resultados no son aplicables a la población más joven, lo que resalta la necesidad de realizar investigaciones adicionales para comprender plenamente el impacto de la cafeína en diferentes grupos etarios.

Sewell enfatizó que, aunque el consumo moderado de café no representa un riesgo significativo, es crucial evitar excesos.

Por lo tanto, se aconseja a las personas mayores de 60 años restringir su consumo de café a dos tazas diarias o considerar alternativas descafeinadas para mitigar posibles efectos negativos en la salud cerebral.

### **Conclusión**

Este estudio nos alerta sobre los riesgos asociados al consumo excesivo de café en la población mayor, invitando a la reflexión sobre los hábitos de consumo y su impacto en el bienestar cognitivo.

Fuente: Grupo R Multimedia

## **Imágenes**

# INVESTIGACIÓN REVELA EL IMPACTO DEL CAFÉ EN LA SALUD CEREBRAL DE ADULTOS MAYORES DE 60 AÑOS

*Investigación revela el impacto del café en la salud cerebral de adultos mayores de 60 años*

## Tags

*resultados, cognitiva, efectos, reciente, mayores, impacto, analiza, influye, cerebral, cognitivo, consumo, estudio*

## Noticias relacionadas

**4.3 \*** *Tres alimentos esenciales para fortalecer tu memoria y proteger tu cerebro, según un estudio de Harvard*

**3.9 \*** *Dr. Ricardo Díez analiza los factores de riesgo asociados a la demencia y su impacto en la salud mental*

**4.4 \*** *Récord histórico en la venta de marihuana en Uruguay, pero especialistas alertan sobre posibles efectos en la salud cerebral*

**3.9 \*** *Mate con menta: Un elixir natural que potencia la memoria y cuida tu salud cerebral*

**3.7 \*** *Investigación revela que más de 800 millones de adultos padecen diabetes, y la mitad de ellos no recibe tratamiento farmacológico*

**4.7 \*** *Los sorprendentes beneficios de la soja: Hallazgos impactantes de una investigación de Harvard*

**4.9 \*** *Profesionales de la región brillaron en la Expo Café 2024 con sus innovadoras propuestas*

**3.8 \*** *Las sustancias más populares entre los uruguayos: alcohol, tabaco y marihuana*

---

**4.0 \*** *El consumo de carne en Uruguay alcanza su mayor nivel en dos años consecutivos*

---

**3.7 \*** *Un estudio de una universidad alemana revela que la semana laboral de cuatro días contribuye a disminuir el estrés laboral*

## Categorías

Interior
aldea
Breves
básquet
cartas
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos
Economía
Empresariales
Empresas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo
Fúnebres
fútbol
General
género y feminismos
internacional
Internacionales
latidos
Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos

noticias de local
México
noticias de salud
noticias de tecnologia
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
Sociedad
Tecnología & internet
titulares del día
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024
viajes y turismo