

11 Απριλίου 2012

**Το αλκοόλ βοηθά στην πρόληψη του διαβήτη τύπου-2, ιδίως για τους υπέρβαρους
Οι επιστήμονες βρήκαν μεγάλες διαφορές στα οφέλη με βάση το φύλο και το βάρος**

Αρκετές μελέτες έχουν δείξει ότι η μέτρια κατανάλωση αλκοόλ βοηθά στην πρόληψη του διαβήτη τύπου 2. Μια νέα έκθεση από μια ομάδα ευρωπαίων ερευνητών το υποστηρίζει, αλλά διαπιστώνει ότι τα οφέλη αυτά εξαρτώνται από πολλούς παράγοντες, όπως το φύλο και το βάρος.

Για τη μελέτη αυτή, που έχει προγραμματιστεί να δημοσιευθεί στην *Journal of Internal medicine*, από ερευνητές σε διάφορα ιατρικά κέντρα σε χώρες της Βόρειας Ευρώπης, καθώς και την Ισπανία, την Ιταλία και το Ηνωμένο Βασίλειο, συγκεντρώνονται πόροι για να εξετάσει τις συνήθειες του τρόπου ζωής του σχεδόν 30.000 ανθρώπων. Τα μαθήματα αποτελούν μέρος μιας μεγαλύτερης, σε εξέλιξη μελέτης, της Ευρωπαϊκής Προοπτικής Διερεύνησης για τον Καρκίνο και τη Διατροφή (EPIC), η οποία ερευνά την επίδραση των διατροφικών συνηθειών για το ρυθμό ανάπτυξης της χρόνιας ασθένειας σε περισσότερους από 520.000 συμμετέχοντες.

Σε γενικές γραμμές, οι επιστήμονες διαπίστωσαν ότι η μέτρια κατανάλωση αλκοόλ σχετίζεται με τον κατά 13 τοις εκατό χαμηλότερο κίνδυνο του διαβήτη τύπου-2 στους άνδρες και 20 τοις εκατό στις γυναίκες, γι αυτό οι ερευνητές αποφάσισαν να επεξεργασθούν περισσότερο τα δεδομένα.

Ανακάλυψαν ότι οι γυναίκες που έπιναν ενισχυμένο οίνο είχαν 32 τοις εκατό λιγότερες πιθανότητες να αναπτύξουν διαβήτη και απολαμβάνουν το υψηλότερο δυνατό επίπεδο προστασίας. Ωστόσο, προειδοποιούν ότι η ομάδα των γυναικών που προτιμούν ενισχυμένο οίνο σε σχέση με άλλα ποτά είναι αρκετά μικρή. Οι γυναίκες που προτιμούν τους επιτραπέζιους οίνους διατρέχουν 10 τοις εκατό χαμηλότερο κίνδυνο από αυτούς που δεν πίνουν κρασί, και μπορεί να αντιπροσωπεύουν καλύτερα το σύνολο του πληθυσμού. Με μέτρια κατανάλωση κρασιού, οι άνδρες ένα 16 τοις εκατό μικρότερη πιθανότητα να αναπτύξουν διαβήτη.

Η μέτρια κατανάλωση αλκοόλ, επίσης, συνέβαλε στη μείωση ανάπτυξης διαβήτη σε υπέρβαρα άτομα περισσότερα από αυτά του μέσου βάρους. Οι επιστήμονες διατύπωσαν τη

θεωρία ότι οι υπέρβαροι άνδρες και γυναίκες μεταβολίζουν αιθανόλη σε υψηλότερο ποσοστό.