



La ciencia del vino y la salud

VALORACIÓN ESTUDIO APARECIDO EN DIFERENTES MEDIOS

La relación entre alcohol y salud cognitiva: revisamos la evidencia sin alarmismos

Referencia científica del estudio

Association Between Alcohol Consumption, Cognitive Abilities, and Neuropathologic Changes. A Population-Based Autopsy Study
Neurology. 2025 May 13;104(9):e213555. doi: 10.1212/WNL.00000000000213555. Epub 2025 Apr 9.

Diversos medios de comunicación se han hecho eco de una nueva investigación realizada por científicos de la Universidad de São Paulo (Brasil), utilizando titulares alarmistas como: “la gente que bebe alcohol regularmente muere 13 años antes que los no bebedores”.

VALORACIÓN NOTICIA Y ESTUDIO

Se trata de un estudio interesante en el que se intentó examinar el impacto del consumo de alcohol en el cerebro y en las funciones cognitivas, analizando una serie de individuos fallecidos a los que se les había practicado autopsia.

Se incluyeron 1781 individuos a los que se les había recolectado el cerebro durante la autopsia en el Biobanco para Estudios del Envejecimiento (BAS) de la Facultad de Medicina de la Universidad de São Paulo. Los individuos tenían una edad media de $74,9 \pm 12,5$ años, 49,6% eran mujeres y 64% blancos.

Los datos sobre el estado cognitivo y el consumo de alcohol fueron obtenidos a través de entrevistas familiares que hubiesen acompañado al fallecido en los últimos 6 meses de vida. Se consideraron 4 grupos: los **no bebedores**; los **bebedores moderados**: aquellos que el familiar afirmó que bebían hasta 7 bebidas por semana (una bebida=14 gr de alcohol, equivalente a una copa de vino); los que bebían mayor cantidad fueron considerados **bebedores importantes**; finalmente se consideraron **ex bebedores importantes** aquellos que habían dejado el consumo elevado en los tres meses anteriores a su fallecimiento, lo cual pudo ser un criterio bastante arbitrario.

De los resultados del estudio los autores destacan que, en comparación a los no bebedores, los individuos que consumían alcohol (moderados o importante) o eran ex bebedores importantes tenían mayor grado de arteriosclerosis hialina, una alteración que afecta a las arteriolas (arterias de pequeño calibre), con engrosamiento de sus paredes debido a la acumulación de material hialino, una sustancia proteica de aspecto vítreo. Esta acumulación estrecha la luz de las arteriolas, lo que puede reducir el flujo sanguíneo a los tejidos y órganos. Además, los autores destacan que el grupo de ex bebedores importantes se asoció con un menor índice de masa cerebral y peores capacidades cognitivas. El consumo importante, aunque fuera en el pasado, también se asoció a ovillos neurofibrilares, una alteración característica del Alzheimer y otras enfermedades degenerativas.

www.lacienciadelvino.com

Queda prohibida la difusión completa o parcial de esta información, si dicha difusión nomenciona de forma expresa la/s referencia/s científica/s correspondiente/s y/o su fuente origen (LACIENCIADELVINO), sea cual sea la finalidad y el medio empleado (medios de comunicación, redes sociales o cualquier otro canal de información). Según el Reglamento Europeo 1924/2006 relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos, las bodegas no pueden informar sobre los efectos saludables del consumo moderado de vino en sus comunicaciones comerciales.



La ciencia del vino y la salud

El estudio tiene muchas limitaciones y algunos resultados contradictorios. En primer lugar, solo se analizaron pacientes fallecidos a los que se les había practicado autopsia, sin especificar la causa de la muerte, que podría haber sido determinante de los hallazgos encontrados. Los datos clínicos y sociodemográficos, el consumo de alcohol y las capacidades cognitivas de los fallecidos, fueron obtenidos mediante encuestas a los familiares, lo cual es una fuente de error. Solo se consideró el consumo de alcohol de los últimos meses, lo cual genera también un sesgo significativo.

La distribución de los individuos en relación al consumo de alcohol generó unos grupos con diferencias significativas en sus características basales. Así, el grupo de no bebedores, el más numeroso, y de forma similar a otros estudios como el reciente de Galán y colaboradores de 2024 (PMID: 39033565), estaba constituido fundamentalmente por mujeres (68%), más del doble que los otros grupos y que nunca habían fumado (70%), más del doble que los otros grupos. Esta disparidad de los grupos hace muy difícil establecer comparaciones, por más ajustes que se realicen.

El estudio, además, es un estudio transversal que no permite establecer causalidad. No hubo seguimiento longitudinal (solo postmortem) y no se analizaron los déficits vitamínicos como el de tiamina (Vit B6), que suele ser frecuente en los bebedores importantes y que por sí mismo puede generar alteraciones neuroanatómicas e interactuar en el deterioro cognitivo.

Los autores destacan en la discusión que el grupo de los bebedores importantes tenían de promedio 13 años menos que los no bebedores, extrapolando que el alcohol acorta la vida 13 años, y eso generó el titular de la noticia. Aunque sea cierto que los bebedores importantes puedan tener una esperanza de vida más corta debido a los efectos nocivos del consumo elevado de alcohol, la cifra y la conclusión es totalmente engañosa basándose en los datos del estudio y por el mismo motivo podría decirse arbitrariamente que los bebedores moderados tenían dos años menos de expectativa de vida que los ex bebedores importantes, el grupo con mayor deterioro. Si bien es cierto que el estudio encontró que la arteriosclerosis hialina es mayor en los bebedores, también se encontraron otras alteraciones neuropatológicas en cada grupo. Así, el grupo de no bebedores mostró la mayor proporción de enfermedad de Lewy (un tipo de demencia), o mayor proporción de placas CERAD o fases Thal, ambas propias de la enfermedad de Alzheimer, e incluso CDR SOB más alto (una puntuación que cuantifica el grado de deterioro cognitivo), una puntuación que era similar al de los ex bebedores, grupo en el que, tras múltiples ajustes estadísticos, fue el único que se asoció a un deterioro cognitivo significativo, lo cual es inconsistente con el mensaje de la relación de asociación lineal entre el consumo de alcohol y el deterioro cognitivo que el estudio reporta.

En conclusión, de este estudio debe destacarse que el análisis postmortem reveló mayor grado de arteriosclerosis hialina en los bebedores de alcohol, respecto a los no bebedores. Las demás interpretaciones o reporte de resultados parciales tienen poco valor dadas las limitaciones del estudio. Indudablemente, la frase de que el alcohol acorta la vida 13 años de promedio es totalmente arbitraria y no se sostiene con los resultados.

Valoración médica emitida por la asesoría científica de la Fundación para la Investigación del Vino y la Nutrición-FIVIN