



Joe McSweyn, O.M.D, C.A. | Pari Vokshori, L.Ac, D.O.M. | Gila Varis, L.Ac, R.N. | Steven Jarsky, L.Ac, D.A.O.M.
Alan Sher, L.Ac | Ellen Elphand L.Ac., Dipl.OM | Aydin Bengisu L.Ac. | Faith Triandos

Cosas Malas Del Café

Ocho razones para cambiar a los téis verdes, negros, y de hierbas, la investigación científica y la experiencia clínica vincula el consumo de café a las siguientes enfermedades:

1. trastornos de ansiedad y depresión
2. arritmias y taquicardia (ritmo cardiaco irregular o rápido)
3. aumento del riesgo de ataque al corazón
4. agravamiento de las úlceras y el reflujo ácido
5. aumento del colesterol, LDL y triglicéridos
6. aumento del riesgo de osteoporosis
7. aumento del riesgo de artritis reumatoide
8. mayor incidencia de cáncer de colon y cáncer de vejiga

“En conclusión, el consumo excesivo de café aumenta el riesgo a corto plazo de infarto agudo de miocardio o muerte coronaria, los factores de riesgo independientes del método de elaboración de la cerveza o reconocidas actualmente para la enfermedad cardíaca coronaria. El consumo de café es dependiente de la dosis relacionada con el riesgo de eventos coronarios agudos en los hombres de mediana edad. Happonen P, Voutilainen S, Salonen JT. Department of Public Health and General Practice, University of Kuopio, Kuopio, Finland. pertti.happonen@uku.fi.

“El consumo de café crónica ejerce un efecto perjudicial sobre la rigidez y reflexiones de la onda aórtica, que puede aumentar el riesgo de enfermedad cardiovascular. El consumo de café crónica tiene un efecto perjudicial sobre la rigidez aórtica y reflexiones de las ondas. Vlachopoulos C, Panagiotakos D, Ioakeimidis N, Dima I, Stefanadis C. 1st Department of Cardiology, Hippokraton Hospital, School of Medicine, University of Athens, Athens, Greece. cvlachop@otenet.gr.

“Cafestol, un diterpeno presente en bebidas de café sin filtrar como Scandinavian hierve, turco, y café cafetera, es el compuesto de colesterol de elevación más potente conocido en la dieta humana.” *Mol Endocrinol.* 2007 Jul;21(7):1603-16. Epub 2007 Apr 24. El colesterol de fondos del factor de granos de café, cafestol, como un ligando agonista de los receptores X farnesoid y pregnano.

“En el estudio transversal el número de tazas de café al día borracho era directamente proporcional a la prevalencia de RF (factor reumatoide) positividad. El consumo de café, factor reumatoide, y el riesgo de artritis reumatoide.

“Los resultados de este estudio sugieren que el consumo de café reduce el riesgo de cáncer de mama en mujeres delgadas, mientras que el café podría tener el efecto contrario en mujeres relativamente obesos. Factores epidemiológicos de cáncer en California. El aumento del consumo de café ha sido encontrado para ser asociado con el aumento de incidencia de cáncer de colon y cáncer de vejiga”

“Los pacientes con síntomas de reflujo esofágico deben eliminar los alimentos que disminuyen la presión del EEI, como el chocolate, la menta, el alcohol y el café. El consumo de café y el riesgo de cáncer de mama. Un estudio prospectivo de 14,593 mujeres noruegas la dieta y el síndrome del intestino irritable.