
Juez de California declara al café "cancerígeno"

31/03/2018



¿Qué tan asustados debemos estar de una taza diaria de café? Según algunos científicos y la evidencia disponible, parece que no mucho.

Las preocupaciones científicas sobre el café han disminuido en los últimos años y algunos estudios incluso indican que esta bebida aromática puede tener ciertos beneficios para la salud.

“Como mínimo, el café es neutro. En todo caso, hay bastante evidencia buena de los beneficios del café contra el cáncer”, afirmó el doctor Edward Giovannucci, nutriólogo de la Facultad de Salud Pública de la universidad de Harvard.

Hace dos años, el Centro Internacional de Investigaciones sobre el Cáncer de la Organización Mundial de la Salud retiró al café de su lista de “posibles cancerígenos”. Sin embargo, dice que hay pocas pruebas que permitan descartar cualquier posible papel del café en los riesgos de contraer cáncer.

El temor más reciente no tiene que ver directamente con el café, sino con una sustancia química llamada acrilamida, un cancerígeno que se produce cuando los granos se tuestan.

Las agencias del gobierno de Estados Unidos han dicho que la acrilamida es un carcinógeno probable, con base

en las investigaciones con animales. Una organización presentó una demanda para obligar a las compañías de café a colocar esa advertencia según una ley de California.

La demanda fue presentada bajo la Ley de Control del Cumplimiento de la Normativa sobre Agua Potable Segura y Productos Tóxicos, que los electores californianos aprobaron en 1986. Esa ley permite a los ciudadanos, grupos de defensa y abogados presentar demandas a nombre del estado y cobrar una parte de las sanciones civiles.

El problema: Nadie sabe qué niveles son seguros o riesgosos para las personas. La Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos (EPA por sus siglas en inglés) establece límites de acrilamida para el agua potable, pero no hay para los alimentos.

“La exposición probablemente no es tan alta cuando se toma una taza de café al día”, por lo que probablemente quien la tome no debería cambiar su hábito, opinó el doctor Bruce Y. Lee de la Facultad Bloomberg de Salud Pública de la universidad Johns Hopkins. “Si bebes muchas tazas al día, esta es una de las razones por las que podrías considerar reducir su consumo”.

¿Qué es lo que se sabe sobre los riesgos? Empecemos con el factor de riesgo conocido más grande para el cáncer que genera acrilamida: fumar. Muchos alimentos como las papas fritas, las galletas saladas o dulces, los cereales y otros alimentos con alto contenido de carbohidratos también contienen acrilamida como subproducto del tostado, el horneado o el freído.

Las pruebas realizadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA por sus siglas en inglés) de los niveles de acrilamida encontraron que oscilaba entre 175 y 351 partes por cada mil millones (una medida de concentración para un contaminante) en seis marcas de café probadas; la más alta fue para un tipo de café descafeinado.

En comparación, las papas fritas vendidas en una cadena de comida rápida variaron entre 117 y 313 partes por cada mil millones, dependiendo de la ubicación sometida a prueba. Algunas papas fritas comerciales tenían más de 1.000 partes por cada mil millones.

Incluso algunos alimentos para bebé contienen acrilamida, como galletas para la dentición y las galletas saladas. Una marca de batatas orgánicas probó tener 121 partes por cada mil millones.

¿CUÁL ES EL RIESGO?

La etiqueta de carcinógeno “probable” se basa en estudios hechos a animales a los que se les han administrado altos niveles de acrilamida en el agua potable. Sin embargo, tanto las personas como los roedores absorben la sustancia química a diferentes velocidades y la metabolizan de manera diferente, por lo que se desconoce su riesgo para la salud humana.

Un grupo de 23 científicos convocados en 2016 por la agencia contra el cáncer de la OMS analizó el café _no la acrilamida directamente_ y decidió que era poco probable que el café causara cáncer de mama, próstata o páncreas, y que incluso parecía reducir los riesgos de cáncer de hígado y útero. Las pruebas fueron inadecuadas para determinar su efecto sobre decenas de otros tipos de cáncer.
