

Avertissement: Notes prises au vol, erreurs possibles, prudence...

Mardi 14 août 2012

Hôpital cantonal de Genève

Le café: enfin un plaisir bon pour la santé ?

Prof.T. Perneger

L'article est sorti dans un NEJM de Juin 2012 sous la plume de Freedman & al.
(<http://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMoa1112010>)

Il s'agit de +ou- 500.000 personnes entre 50 et 70 ans interrogées aux USA par courrier sur leur consommation de café puis suivies de 1995 à 2008.

On remarque que les gros buveurs de café fument plus, sont moins éduqués, boivent plus d'alcool, mangent plus de viande rouge et font moins d'exercice que les autres.

Ainsi si on les compare au petits buveurs dans un 1^{er} temps leur mortalité est plus élevée, mais si on ajuste les autres facteurs de risque cités ci dessus, on voit que les gros buveurs de café ont une mortalité inférieure (0,9 vs 1,0) et que ceci est valable pour toutes les causes (soit heart disease, respiratory disease, stroke, injuries and accidents, diabetes, and infections) sauf le cancer.

Intéressant de noter que les buveurs de café sans caféine n'ont pas moins d'accidents que les non buveurs, contrairement aux buveurs de café avec caféine...

Ce n'est pas parce qu'il y a un lien entre la consommation de café et l'amélioration de la survie que ce lien est le résultat d'une causalité...

Ce pourrait être une variable tiercepar ex. avant d'ajuster les résultats, les consommateurs de café étaient de plus gros fumeurs et buveurs et la survie était globalement diminuée...ça c'est un exemple négatif mais on pourrait imaginer une autre variable que l'on retrouverait chez les consommateurs de café et qui améliorerait leur survie....

On pourrait imaginer qu'il y a un biais de sélection. P.ex. dans cette étude 18% des personnes invitées à participer l'ont fait. On pourrait imaginer (c'est un peu tiré par les cheveux) que les buveurs de café à risque de mourir ont justement décliné la participation à l'étude et qu'ainsi les résultats ont été faussés vers une meilleure survie des buveurs de café...

En réalité cela est peu probable et T. Perneger y croit assez à la vertu du café...

Donc ne nous inquiétons pas si nos patients aiment leur « petit noir » de temps en temps...et rappelons nous que ce qui fait plaisir n'est pas forcément mauvais pour la santé...différentes études ont montré le bienfait d'un coup de rouge et d'une activité sexuelle (suffisante...???)

Reste aussi à savoir si ceci



est comparable à cela...



c'est là que ça se complique....

Compte-rendu du Dr Eric Bierens de Haan
ericbdh@hin.ch

transmis par le laboratoire MGD
colloque@labomgd.ch