



Folosind o metodă de ultimă generație, primul studiu din România care investighează efectele consumului moderat de bere își anunță rezultatele:

Consumul moderat de bere poate îmbunătăți memoria și nivelul de atenție

București, 31 iulie 2013: Centrul de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție anunță finalizarea primului demers de cercetare realizat în România ce are drept obiect de studiu efectele consumului moderat de bere asupra sănătății organismului uman. Studiul evidențiază faptul că berea ar putea favoriza procesele de memorare și stimula atenția.

Proiectul, finanțat de către Centrul de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție prin intermediul programului de burse, a fost derulat în perioada noiembrie 2012 – mai 2013 de către **Monica Diana Bercea**, doctorand în cadrul Universității Alexandru Ioan Cuza din Iași. Apelând la o tehnologie de ultimă generație - neuroimagistica: RMN funcțional și EEG neuroheadset - , studiul este primul de acest fel ce a vizat efectele consumului moderat de bere.

“Ne bucură faptul că putem anunța astăzi rezultatele primului studiu finanțat de către Centrul de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție. Cu atât mai mult cu cât reușim să marcăm chiar o premieră pentru România: lansarea primului studiu derulat la noi în țară ce vizează efectele consumului moderat de bere asupra organismului uman. Iată că după ce multă vreme am avut ca referință doar studii efectuate de echipe de cercetători din Spania, Statele Unite ale Americii sau Germania, de acum și cercetătorii români au un cuvânt de spus pe această temă”, a declarat dr. Corina - Aurelia Zugravu, Președintele Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție.

Memorare

Studiul indică faptul că un consum moderat de bere ar putea favoriza procesele de memorare prin încorporarea datelor recente în memoria pe termen lung. Prezentul studiu pune sub semnul întrebării concluziile prezentate anterior în literatura de specialitate care afirmă că un consum de băuturi alcoolice blochează memorarea informațiilor prezentate imediat înaintea consumului sau imediat după. Totodată, studiul evidențiază faptul că un consum moderat de bere în rândul persoanelor active ar putea amplifica impactul amintirilor autobiografice plăcute asupra creierului. Astfel, luând în considerare faptul că procesul de memorare presupune compararea informațiilor noi cu ceea ce este deja cunoscut, studiul indică faptul că un consum moderat și responsabil de bere ar putea favoriza acest proces.



Atenție

Mai mult, cercetarea indică faptul că un consum moderat de bere ar putea permite o creștere a utilizării dinamice a tuturor resurselor de atenție ale sistemului nervos central. Astfel, participanții la studiu care au consumat o cantitate moderată de bere au prezentat o alocare de 2 ori mai puternică a resurselor ce țin de atenție, față de grupul de control.

„Este foarte important de subliniat faptul că rezultatele studiului trebuie plasate într-o perspectivă mai largă, a implicațiilor mai profunde. Astfel, de-a lungul timpului, cercetări importante derulate la nivel internațional au făcut legătura între consumul moderat de bere și diminuarea declinului cognitiv asociat înaintării în vârstă. Dacă avem în vedere faptul că studiul nostru sugerează posibile efecte ale consumului moderat de bere în ceea ce privește memoria și nivelul de atenție, indicatori de evaluare a sănătății cerebrale, putem spune că rezultatele prezentate astăzi subliniază și rolul pe care consumul moderat de bere l-ar putea avea în diminuarea declinului cognitiv”, a adăugat dr. Corina - Aurelia Zugravu, Președintele Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție.

„Cred că am reușit să atingem două aspecte importante prin intermediul prezentului studiu. Pe de o parte, prin intermediul unuia dintre criteriile care au stat la baza selecției grupului de studiu – consumator moderat constant de bere -, am identificat practic efectul cumulat în timp al consumului moderat de bere, pentru că deși testul a fost făcut la un anumit moment în timp, istoricul personal al fiecărui subiect nu poate fi neglijat. Pe de altă parte, cred că am reușit să aducem elemente importante care pot completa cu succes concluziile altor cercetări făcute pe teme asemănătoare”, a punctat dr. Alin Popescu, Secretar General al Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție.

Eșantionul folosit în cadrul studiului a fost format din 29 bărbați, consumatori de bere, cu vârste cuprinse între 18 și 64 de ani, cu un consum săptămânal moderat cuprins între 4 și 14 pahare de bere, în limitele consumului moderat de alcool pentru bărbați, indicat de Organizația Mondială a Sănătății (OMS). Testele au fost realizate cu ajutorul neuroimagingului de ultimă generație care implică analiza semnalelor obținute prin scanarea creierului uman, utilizând fluxul de sânge (analizat cu un RMN funcțional), profilarea comportamentală (realizată cu ajutorul unui test de neuroassessment) și activitatea electrică de la nivelul scalpului (cu ajutorul unui neuroheadset EEG).

Desfășurarea studiului a fost supervizată de către Comitetul de Evaluare și Comitetul Științific al Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție, din care fac parte atât membrii fondatori, cât și profesioniști cu diferite specializări medicale și nume sonore în lumea medicală, precum Academician Constantin Bălăceanu-Stolnici, Prof. Univ. Dr. Ion Bruckner sau Prof. univ. Dr. Sebastian Dumitrache.

Membrii *Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție* atrag atenția că un consum moderat de bere trebuie completat de un stil de viață sănătos și o alimentație corespunzătoare. Este considerat consum moderat de bere o cantitate de 660 ml/zi pentru bărbați și 330 ml/zi pentru femei cu o concentrație de alcool de 5%.



CENTRUL DE STUDII DESPRE BERE, SĂNĂTATE ȘI NUTRIȚIE

Centrul de Studii despre Bere Sănătate și Nutriție

Centrul de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție este o entitate cu caracter științific, rezultat al demersului celor trei membri fondatori: dr. Corina – Aurelia Zugravu, lector universitar în cadrul UMF “Dr. Carol Davila”, căreia îi revine și calitatea de Președinte în cadrul *Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție*, dr. Alin Popescu, medic primar în medicină sportivă și consultant în probleme de nutriție, deținând calitatea de Secretar general, și dr. Mihaela Begea, doctor în științe inginerești.

Inființat în luna decembrie a anului 2011 și lansat oficial în data de 7 martie 2012, *Centrul de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție* are drept obiectiv investigarea efectelor consumului moderat de bere asupra organismului uman prin derularea de studii științifice și diseminarea informațiilor în domeniu în rândul comunității medicale și a publicului larg.

Pentru a contribui activ la promovarea domeniului cercetării de la noi din țară, Centrul va finanța anual studii de cercetare în domeniu, sub forma de burse acordate studenților, masteranzilor, doctoranzilor sau cadrelor universitare, indiferent de vârstă

Toate detaliile privind structura și componența *Centrului de Studii despre Bere, Sănătate și Nutriție* pot fi găsite la adresa: www.beresanatatenutritie.ro.