



# Le café : un allié pour lutter contre la mortalité due à un déficit cognitif

**L'association positive entre la consommation de café et la mortalité est bien établie, mais les études n'ont jamais pris en compte le niveau cognitif des populations étudiées. Des auteurs chinois viennent de montrer que le niveau cognitif influe de manière majeure dans l'association entre café et mortalité.**

Le lien entre la consommation de café et le risque de mortalité a été mis en évidence dans de nombreux articles. Simultanément, l'association entre la consommation de café et la préservation de la cognition est bien connue. Cependant, aucun travail n'a exploré si l'association entre la consommation de café et la mortalité pouvait être influencée par le niveau cognitif. Une équipe scientifique chinoise a décidé de répondre à cette question. Dans une étude, publiée au sein de la revue « *Frontier in nutrition* », les chercheurs se sont demandé si la consommation de café normal ou décaféiné ou de caféine provenant du café était associée à la mortalité toutes-causes ou d'origine cardiovasculaire dans la population âgée ayant des niveaux de performance cognitive différents.

Leurs travaux se basent sur des données de la *National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES)* 2011-2014. L'analyse des données a permis de montrer que les individus ayant un déficit cognitif et qui consommaient le moins de café avaient le risque de mortalité toutes causes et cardiovasculaire le plus élevé. Au niveau de la population avec un déficit cognitif, les auteurs ont observé que la consommation de café induirait une réduction de 50 % dans la majorité de leurs tests même si l'un d'eux a montré une association en U entre le café et la mortalité.

Concernant la mortalité cardiovasculaire, une tendance significativement négative entre la consommation de café et la mortalité a été observée chez les individus ayant un déficit cognitif. Quant au café décaféiné, celui-ci est également associé à une mortalité réduite chez les individus ayant un déficit cognitif.

Selon les chercheurs, cette étude suggère que l'association entre la consommation de café et la mortalité est influencée par la cognition et varie en fonction du déficit cognitif dans différents domaines.

Source : <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnut.2023.1150992/full>

**À Propos d'Expression Groupe :**

Depuis 20 ans, Expression Groupe innove dans le domaine de la santé via l'expertise média, la gestion des *Key Opinion Leaders* et la production de contenus. Expression Groupe profite d'un réseau de plus 60 000 médecins, pharmaciens et professionnels de santé et bénéficie d'une audience de près de 900 000 patients.

**CONTACT PRESSE**

Eléonore Pothelet

P. 06 82 97 14 30 // @ : elpothelet@gmail.com