

## Spotřeba čokolády a kardiometabolické poruchy

Napsal uživatel Přemysl Černý  
Pondělí, 07 Listopad 2011 18:23

---

Dr. Buitrago-Lopez A. a kolektiv provedli systematický přehled a metaanalýzu randomizovaných kontrolovaných a observačních studií. Výběr byl proveden ze zdrojů Medline, Embase, Cochrane Library, PubMed, CINAHL, IPA, Web of Science, Scopus, Pascal a emailových kontaktů s autory. Studie byly randomizované, kohorty, případ-kontrola a průřezové, prováděné na lidských dospělých a byla u nich hlášena spojitost mezi spotřebou čokolády a rizikem kardiometabolických poruch. Data byla extrahována dvěma nezávislými výzkumníky a konsenzus byl dosažen zapojením třetího výzkumníka. Primárním výstupem byly kardiometabolické poruchy včetně kardiovaskulárních chorob (koronární choroba a mrtvice), diabetu a metabolického syndromu. Metaanalýza stanovila riziko rozvoje kardiometabolických poruch srovnáním nejvyšší a nejnižší hladiny spotřeby čokolády. Ze 4576 odkazů odpovídalo zahrnujícím kritériím 7 studií se 114009 účastníky. Žádná nebyla randomizovaná, 6 byly kohorty a 1 průřezová. Velké variace byly nalezeny mezi těmito 7 studiemi co do měření spotřeby čokolády, metod a vyhodnocených výstupů. 5 ze 7 hlásilo prospěšnou spojitost mezi vyššími hladinami spotřeby čokolády a rizikem kardiometabolických poruch. Nejvyšší hladiny spotřeby čokolády byly spojeny s 37% snížením kardiovaskulárních chorob (RR 0,63; 95% CI 0,44 až 0,90) a 29% snížením mrtvice ve srovnání s nejnižšími hladinami.

Zdroj: BMJ 343; d4488 (2011)