

## CAFÉ Y CORAZÓN

Algunos datos sobre las relaciones entre café y patologías cardiovasculares. Los buenos consisten en la confirmación de que el café filtrado elimina algunos de los riesgos del café expreso, ya que en el papel de filtro se retienen ciertos componentes de naturaleza diterpénica que pueden contribuir a aumentar los niveles del conocido como "colesterol malo". Pero el exceso de su consumo, filtrado o expreso, resulta perjudicial, ya que tras dos semanas de ingerir diariamente el equivalente a un litro de la infusión, se incrementan los niveles del aminoácido homocisteína alrededor de un 15%, estando relacionado este aminoácido con un incremento del riesgo de sufrir patologías cardiovasculares