

Italian Style Coffee and Serum Cholesterol

C. SCACCINI, A. D'AMICIS

National Institute of Nutrition, Via Ardeatina, 546, 00178 Rome, Italy

ABSTRACT

The purpose of this study was to evaluate if the Italian coffee preparations (based on filtration) might induce the changes in blood lipids observed in humans when coffee is brewed by boiling method.

Eighty-four young adults, after a 3-week baseline, were randomly allocated in three regimes of coffee consumption: espresso, mocha, and no coffee, but tea. The 6-week intervention was followed by a 6-week switch back. Total cholesterol and LDL-cholesterol were measured 11 times during the study. Dietary pattern, alcohol consumption, smoking habits, drug use, and anthropometric data were also recorded. No relevant and significant change of serum total cholesterol, HDL-cholesterol and LDL-cholesterol was observed between baseline and intervention in all groups.

The results indicate that coffee brewed in the Italian way does not alter blood levels of total cholesterol and LDL-cholesterol, reinforcing the hypothesis that filtered coffee does not affect blood lipids.

Key words: Espresso and Mocha coffee, brewing methods, serum cholesterol, intervention study.

RÉSUMÉ

Cette étude avait pour but d'évaluer si le café italien (préparé par filtration) a les mêmes effets sur les lipides hématiques que le café préparé par décoction.

Quatre vingt quatre adultes, après trois semaines de ligne de base (consommation habituelle de café), ont été divisés par tirage au sort en trois groupes consommant exclusivement soit du café express, soit du café moka soit du thé. Les six semaines d'intervention ont été suivies par trois semaines à la ligne de base. Le cholestérol total et LDL ont été mesurés à 11 reprises au cours de cette expérience. Les apports alimentaires, la consommation d'alcool, de cigarettes, de médicaments et les données anthropométriques ont été enregistrées. Dans aucun des groupes une différence significative n'a été mise en évidence entre le niveau de base et la période d'intervention.

Ces résultats suggèrent que le café infusé à la manière italienne n'a pas d'effet sur le cholestérol total et LDL, confirmant l'hypothèse selon laquelle le café filtré ne modifie pas les lipides hématiques.

Mots clés: Café express, café moka, méthodes d'infusion, cholestérol hématique, étude d'intervention.