

31 de octubre de 2013

INICSA

Sugieren consumir vitaminas E y B6 para reducir el riesgo de cáncer en vías urinarias

En Córdoba, investigadoras del CONICET estudian la relación entre los hábitos alimentarios y el riesgo de desarrollar tumores.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el cáncer es una de las principales causas de muerte en el mundo. Si bien no todos los casos en los que se desarrolla un cáncer tienen un desenlace fatal, según la Organización un tercio de los cánceres pueden prevenirse con un modo sano de vida. La gran incidencia de esta enfermedad a nivel mundial, según los especialistas, se debe en gran parte al envejecimiento poblacional sumado a otras características típicas de nuestro estilo de vida: sedentarismo, consumo de tabaco y exposición a sustancias cancerígenas. En ese contexto, diversos estudios señalan que la alimentación juega un papel muy importante en el desarrollo de la patología.

Sonia Muñoz y María Dolores Román, investigadora adjunta y becaria, respectivamente, del CONICET en el Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud (INICSA, CONICET-UNC), conjuntamente con científicos de la Escuela de Nutrición y de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba, analizan la relación que tienen algunos nutrientes, presentes en alimentos de consumo habitual, con el desarrollo de tumores en vías urinarias. Este tipo de cáncer es más frecuente en hombres que en mujeres y las científicas encontraron que las vitaminas E y B6 reducen el riesgo de desarrollarlo.

“Casi todas las afecciones crónicas tienen que ver con nuestros hábitos. El objetivo es identificar aquellos componentes que pueden favorecer la aparición de los cánceres más frecuentes y diseñar un patrón de consumo de alimentos saludable, con recomendaciones en base a las características de la población local”, asegura Muñoz.

Algunos de los resultados de esta investigación fueron publicados recientemente en la revista *Nutrición Hospitalaria* donde postularon la influencia de distintos micronutrientes en el desarrollo de la enfermedad. Para establecer esta vinculación el grupo trabajó entre 1999 y 2008 con pacientes de hospitales públicos y privados de Córdoba que padecen esta enfermedad. Cada uno de ellos fue comparado con dos controles, es decir, personas sanas, del mismo sexo, edad y lugar de residencia.

“Cada alimento aporta numerosos micronutrientes y es difícil aislar el efecto de cada uno sobre la patología, por eso se aplican modelos estadísticos que permiten analizar la manera en que se comporta un nutriente en presencia de otro”, explica Román. O sea que es posible valorar el efecto de cada uno de los nutrientes sobre el riesgo de la enfermedad considerando la interdependencia de los consumos, llamada multicolinealidad.

Para poder identificar la influencia de los alimentos y sus componentes, teniendo en cuenta el resto de los factores intervinientes, el grupo de investigación desarrolló un

cuestionario para los pacientes. El objetivo fue evaluar tanto hábitos alimentarios como otros aspectos como el consumo de tabaco, actividad física, ocupación y características socio-económicas. En cuanto a la nutrición, el cuestionario incluyó preguntas acerca de la frecuencia, cantidad y modos de preparación de cada alimento.

A partir de esto se pudo calcular el tipo y cantidad de nutrientes ingeridos a través de la dieta y estimar el efecto que tienen sobre el riesgo de desarrollar tumores de vías urinarias.

Resultados

“En primer lugar, seleccionamos las vitaminas y minerales que íbamos a investigar en base a lo que ya se conoce en la bibliografía existente respecto a nutrientes y cáncer, que son las vitaminas A, B6, C y E, fósforo, selenio y zinc”, comenta Muñoz.

En esta investigación, las vitaminas A y C, el fósforo y el zinc no mostraron asociación alguna con la aparición de tumores en vías urinarias. Por el contrario, se encontró que la vitamina B6, presente en carnes rojas y cereales, y la E, en aceites, aparecían como protectoras frente a la patología.

Además el selenio, que se encuentra en el pescado y también se menciona como benéfico en otros estudios, se identifica en esta investigación como promotor del tumor. Esto funcionaría como una alerta, abriendo una puerta hacia una nueva investigación. “A pesar del papel antioxidante que este elemento cumple, la evidencia científica de su asociación como promotor o protector es aún polémica”, agrega la investigadora.

Finalmente, respecto a las variables no relacionadas con la alimentación, se pudieron reafirmar algunos postulados. Por un lado, el riesgo de desarrollar tumores en vías urinarias aumenta con la edad y es más frecuente en hombres que en mujeres. Además la obesidad, el hábito de fumar y la exposición ocupacional a sustancias cancerígenas aumentan dicha probabilidad.

Recomendaciones

La publicación es parte de una investigación más amplia en Epidemiología ambiental del cáncer en Córdoba que el grupo lleva cabo desde 1995. Una de las áreas más importantes dentro de esta línea es la que estudia la participación de los alimentos en el desarrollo de tumores. La dieta es uno de los principales factores ambientales y culturales a los que estamos expuestos, tiene una relación muy estrecha con la salud y, además, no es una exposición casual sino que se relaciona con las costumbres.

Teniendo, entonces, como sustento ésta y otras investigaciones, las sugerencias indican que por un lado se debe mantener una alimentación variada, que incluya todos los grupos de alimentos con moderación. “Ni si quiera los alimentos que aparecen como protectores deberían consumirse en exceso”, asegura Román. Finalmente es sumamente importante realizar actividad física como hábito, mantener un peso saludable y no fumar.

Acerca del CONICET

Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET)

Con 55 años de existencia, el CONICET trabaja junto al Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación Productiva de la Nación en la transferencia de conocimientos y de tecnología a los diferentes actores que componen la sociedad y que se expresan en ella.

Su presencia nacional se materializa en:

Presupuesto: con un crecimiento de 12 veces para el período 2003 - 2013, pasó de \$236.000.000 a \$2.889.000.000.

Obras: el Plan de Obras para la Ciencia y la Tecnología contempla la construcción de 90 mil m² en nuevos institutos, laboratorios y la modernización de instalaciones en diferentes puntos del país.

Crecimiento: en poco más de 5 años se duplicó el número de investigadores y cuadruplicó el de becarios, con una marcada mejoría de los estipendios de las becas y los niveles salariales del personal científico y técnico, en sus diferentes categorías.

Carrera de Investigador: actualmente cuenta con 7.485 investigadores, donde el 49% son mujeres y el 51% hombres. Este crecimiento favoreció el retorno de científicos argentinos radicados en el exterior.

Becas: se pasó de 2.378 becarios, en 2003, a 9.076 en 2012. El 80% del Programa de Formación se destina a financiar becas de postgrado para la obtención de doctorados en todas las disciplinas. El 20% restante a fortalecer la capacidad de investigación de jóvenes doctores con becas post-doctorales, que experimentó un crecimiento del 500% en la última década.

Para más información de prensa comuníquese con:

prensa@conicet.gov.ar

(+ 54 11) 5983-1214/16

Contacto de prensa
prensa@conicet.gov.ar
+ 54 11 5983-1214/16

Estemos en contacto
www.conicet.gov.ar
www.twitter.com/conicetdialoga
www.facebook.com/ConicetDialoga
www.youtube.com/user/ConicetDialoga



Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas
Av. Rivadavia 1917 (C1033AAJ) República Argentina Tel. + 54 115983 1420