

**SOCIEDAD**

## El 40% de los tumores se evitaría con hábitos saludables

XORNAL.COM

03/02/2011 - 23:33 h.

La UE recomienda a los Estados miembros poner en marcha más campañas para prevenir y detectar tumores de colon

El 40% de los distintos tipos de cáncer que se registran en la actualidad son potencialmente evitables con hábitos de vida saludables, sobre todo los de pulmón y colon. Así lo afirmó ayer en Salamanca el Jefe del Servicio de Oncología del Complejos Hospitalario salmantino, Juan Jesús Cruz, con motivo de la presentación del Día Internacional contra el Cáncer que se celebra hoy.

En rueda de prensa, Cruz destacó que es “tan importante o más la prevención primaria, la que hace el individuo, que el diagnóstico precoz”. Para el investigador del Hospital de Salamanca, existen “once cosas que podríamos hacer todos” y con las que se reduciría la incidencia en un 60% en los próximos 20 años. Entre las recomendaciones “fundamentales” que evitarían el desarrollo de muchos de los tumores está el no fumar, no beber alcohol, tener una dieta equilibrada, hacer ejercicio una media hora tres veces por semana y protegerse del sol.

“Son unas medidas muy fáciles –agregó– y con las que podría disminuir la mortalidad por tumores en un 60% en las próximas décadas”.

Cruz destacó que le llama “mucho la atención” que se de “una gran importancia, que si la tiene, cuando se descubre un nuevo medicamento que aumenta un 1% la curación de un tipo de cáncer, cuando haciendo caso de estas recomendaciones lo reduciríamos en un 60%”.

El especialista pidió en tono irónico que cambie de mentalidad y se olvide de las clásicas explicaciones de que “yo conocía a uno que ha fumado y ha bebido toda la vida y no le ha pasado nada y a éste que no fuma ni bebe le ha salido cáncer”.

A este respecto, el oncólogo aseguró que “si se dan estos casos”, pero “son muy concretos y la realidad de la incidencia es otra”.

De acuerdo con los datos presentados por Cruz, en España el cáncer es el causante del 30% de las muertes en el varón, por encima de las enfermedades cardiovasculares, y del 20% en las mujeres como segunda causa de fallecimiento.

Por otra parte, la Comisión Europea presentó ayer una serie de recomendaciones con las que mejorar la detección y diagnóstico del cáncer colorrectal, segundo tipo de cáncer más detectado en pacientes de la UE, con el objetivo de reducir en un 15% las muertes por esta enfermedad en la población de entre 50 y 74 años. Bruselas insiste en la importancia de que los Estados miembros cuenten con planes nacionales para la detección y diagnóstico de este tipo de cáncer, a imagen de los que ya existen para el cáncer de pecho y el de útero, y ofrece unas líneas directrices elaboradas por especialistas para contribuir a la eficacia de estas campañas.

### LA INVESTIGACIÓN

En el terreno de la investigación, ayer se dio a conocer un trabajo llevado a cabo por investigadores del Centro de Regulación Genómica (CRG) de Barcelona en colaboración con el Cold Spring Harbor Laboratory de Estados Unidos, que han identificado el oncogén p63, como uno de los causantes del cáncer de piel, al mismo tiempo que mostraron cómo promueve la supervivencia de las células madre durante el desarrollo del tumor.

El trabajo, publicado en la revista Cell Stem Cell, pone de manifiesto que el cáncer en tejidos estratificados como el de cabeza y cuello, piel y pulmón suelen tener más actividad del gen p63, que inhibe los mecanismos protectores del cuerpo.

La función del gen p63 ha resultado difícil de definir por los “múltiples subtipos o isoformas de la proteína” resultante, según señaló el CRG en un comunicado, ya que en uno de sus subtipos los investigadores probaron asimismo su papel protector.

[URL] <http://www.xornal.com/artigo/2011/02/03/sociedad/tumores-evitaria-habitos-saludables/2011020323330700178.html>

© **XORNAL.COM, Fundado en 1999 como "EL PRIMER DIARIO ELECTRÓNICO DE GALICIA"**

R/ Galileo Galilei, 4B (Polígono A Grela).

Redacción: [redaccion@xornaldegalicia.com](mailto:redaccion@xornaldegalicia.com), Publicidad: [publicidade@xornaldegalicia.com](mailto:publicidade@xornaldegalicia.com)