

## **Seguir un estilo de vida saludable reduce las posibilidades de desarrollar cáncer colorrectal y de mama**

*Un estudio confirma la validez de las recomendaciones del Fondo Mundial de Investigación del Cáncer*

Barcelona, 27 de abril de 2017. Un [estudio](#) en el que ha participado [el Instituto de Salud Global de Barcelona \(ISGlobal\)](#), centro impulsado por la Obra Social "la Caixa", ha analizado si seguir las **recomendaciones de estilo de vida saludable para la prevención de cáncer** influye realmente en la reducción del riesgo de desarrollo de los **cánceres de próstata, de mama y colorrectal**, los tumores más comunes en España.

La investigación, publicada en *International Journal of Cancer*, se ha realizado en el marco del estudio multicaso control poblacional de cáncer [MCC-España](#), y ha contado con la participación de investigadores de varios centros españoles. El análisis ha incluido un total de 1.718 casos de cáncer colorrectal, 1.343 casos de cáncer de mama y 864 casos de cáncer de próstata, así como 3.431 personas sanas, todos ellos entre 2007 y 2012.

El estudio se ha basado en **seis de las recomendaciones** del [Fondo Mundial de Investigación del Cáncer](#) (WCRF, por sus siglas en inglés) y del [Instituto Americano de Investigación del Cáncer](#) (AICR, por sus siglas en inglés) sobre obesidad, actividad física, alimentos y bebidas que promueven el aumento de peso, alimentos de origen vegetal, alimentos de origen animal y bebidas alcohólicas.

Según Dora Romaguera, investigadora de ISGlobal, el Instituto de Investigación Sanitaria Islas Baleares y CIBERobn, y primera autora del estudio, las conclusiones muestran que "un incremento de un punto en la calificación de las recomendaciones de estos organismos se asocia con un **25% menos de riesgo de cáncer colorrectal** y un **15% menos de riesgo de cáncer de mama**". En el caso de mujeres postmenopáusicas, el riesgo de cáncer de mama se reduce hasta el 22%. No se detectó una asociación clara con el cáncer de próstata.

Manolis Kogevinas, jefe del [programa de Cáncer de ISGlobal](#), investigador del CIBERESP y coordinador del estudio MCC-España, destaca que estos resultados "suman aun más evidencia a que una **gran proporción de casos comunes de cáncer podrían ser evitados** mediante la adopción de hábitos de vida saludables".

El Fondo Mundial para la Investigación del Cáncer estima que **uno de cada tres cánceres comunes son evitables** a través de una dieta sana, un peso saludable y actividad física regular.

### **Referencia**

Dora Romaguera, Esther Gracia-Lavedan, Amaia Molinuevo, Jordi de Batlle, Michelle Mendez, Victor Moreno, Carmen Vidal, Adela Castelló, Beatriz Pérez-Gómez, Vicente Martín, Antonio J Molina, Verónica Dávila-Batista, Trinidad

Dierssen-Sotos, Inés Gómez-Acebo, Javier Llorca, Marcela Guevara, Jesús Castilla, Carmen Urriaga, Cristóbal Llorens-Ivorra, Guillermo Fernández-Tardón, Adonina Tardón, José Andrés Lorca, Rafael Marcos-Gragera, José María Huerta, Rocío Olmedo-Requena, José Juan Jimenez-Moleon, Jone Altzibar, Silvia de Sanjosé, Marina Pollán, Núria Aragonés, Gemma Castaño-Vinyals, Manolis Kogevinas, Pilar Amiano. [Adherence to nutrition-based cancer prevention guidelines and breast, prostate and colorectal cancer risk in the MCC-Spain case-control study](#). *International Journal of Cancer*. doi: 10.1002/ijc.30722

### **Sobre ISGlobal**

El Instituto de Salud Global de Barcelona (ISGlobal) es el fruto de una innovadora alianza entre la Obra Social "la Caixa" e instituciones académicas y gubernamentales para contribuir al esfuerzo de la comunidad internacional con el objetivo de afrontar los retos de la salud en un mundo globalizado. ISGlobal consolida un nodo de excelencia basado en la investigación y la asistencia médica que tiene su origen en los ámbitos hospitalario (Hospital Clínic y Parc de Salut MAR) y académico (Universidad de Barcelona y Universitat Pompeu Fabra). Su modelo de trabajo apuesta por la traslación del conocimiento generado por la ciencia a través de las áreas de Formación y Análisis y Desarrollo Global. ISGlobal es miembro del Programa CERCA de la Generalitat de Catalunya.

### **Prensa ISGlobal**

Pau Rubio

[pau.rubio@isglobal.org](mailto:pau.rubio@isglobal.org)

93 214 73 33 / 696 91 28 41

Marta Solano

[marta.solano@isglobal.org](mailto:marta.solano@isglobal.org)

93 214 73 33 / 661 45 16 00