

Dieta Mediterránea contra el cáncer de próstata

| 08/11/2017 |



Una alta adherencia al patrón de dieta mediterránea podría reducir el riesgo de desarrollar cáncer de próstata agresivo. Se trata de una nueva evidencia científica descubierta por investigadores del Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública ([CIBERESP](#)) y del Centro Nacional de Epidemiología del Instituto de Salud Carlos III. El estudio, liderado por Adela Castelló y Beatriz Pérez-Gómez, ha sido publicado recientemente en la prestigiosa revista científica *Journal of Urology*.

MCC-Spain, cómo influyen los factores ambientales en tumores frecuentes

A pesar de que el cáncer de próstata es el tumor más frecuente entre hombres europeos y el tercero con más mortalidad, aún se sabe muy poco sobre sus causas. El proyecto [MCC-Spain](#), impulsado por el CIBERESP y del que forma parte este reciente estudio, cuenta con la colaboración de investigadores de 11 Comunidades Autónomas de España y busca aportar nuevos datos en este campo. "MCC-Spain es el mayor estudio de casos y controles hecho en España para investigar la influencia de factores ambientales –incluyendo la dieta– en el origen de tumores frecuentes como el cáncer de próstata", sostiene la investigadora del CIBERESP Beatriz Pérez-Gómez.

En esta investigación, en la que participaron 733 pacientes con cáncer de próstata y 1.229 hombres sanos de siete provincias, se ha explorado la relación entre el riesgo de tener un cáncer de próstata y tres patrones de dieta que caracterizan los hábitos alimentarios de la población española. Por un lado, el patrón **Occidental** incluye a los individuos que consumen gran cantidad de productos lácteos grasos, granos refinados, carne procesada, bebidas calóricas, dulces, comida rápida y salsas. El segundo, el patrón **Prudente**, es característico de hombres que consumen productos lácteos bajos en grasas, granos integrales, frutas, verduras y zumos. Por último, el patrón **Mediterráneo**, es el caracterizado por un elevado consumo de pescado, patatas hervidas, frutas, verduras, legumbres y aceite de oliva y un bajo consumo de zumos.

Según apunta Adela Castelló, "los resultados de este trabajo muestran que aquellos hombres con mayor grado de adherencia al patrón Mediterráneo tienen menos riesgo de tener cánceres de próstata agresivos que aquellos cuyos hábitos alimenticios se alejan de este perfil. Esta asociación no se ha encontrado en aquellos

hombres con dietas más cercanas al patrón Prudente o al Occidental". El análisis refuerza la idea de que las recomendaciones nutricionales deben tener en cuenta patrones de dieta en lugar de focalizarse en alimentos individuales.

Artículo de referencia:

Castelló A, Boldo E, Amiano P, Castaño-Vinyals G, Aragonés N, Gómez-Acebo I, Peiró R, Jimenez-Moleón JJ, Alguacil J, Tardón A, Cecchini L, Lope V, Dierssen-Sotos T, Mengual L, Kogevinas M, Pollán M, Pérez-Gómez B; MCC-Spain researchers. Mediterranean dietary pattern is associated to low risk of aggressive prostate cancer: MCC-Spain study. *J Urol*. 2017 Aug 22. pii: S0022-5347(17)77385-5. [doi: 10.1016/j.juro.2017.08.087](https://doi.org/10.1016/j.juro.2017.08.087). In press.

Sobre el CIBERESP

El CIBER (Consortio Centro de Investigación Biomédica en Red, M.P.) depende del Instituto de Salud Carlos III –Ministerio de Economía, Industria y Competitividad– y está cofinanciado por FEDER. Su Área Temática de Epidemiología y Salud Pública – CIBERESP– está formada por 48 grupos de investigación de excelencia, de carácter multidisciplinar y multicéntrico. Centra sus actividades en dos aspectos clave: conocer la magnitud y la distribución de los problemas de salud pública e identificar los factores determinantes de los mismos para evaluar la efectividad y la eficiencia de las intervenciones, ya sean éstas desde el ámbito de las políticas públicas o de las implementaciones prácticas de prevención y resolución.

El Centro Nacional de Epidemiología del Instituto de Salud Carlos III

El Centro Nacional de Epidemiología es uno de los centros nacionales integrados en el Instituto de Salud Carlos III (ISCIII),

un organismo público de investigación adscrito orgánicamente al Ministerio de Economía, Industria y Competitividad, a través de la Secretaria de Estado de Investigación Desarrollo e Innovación; y funcionalmente a este Departamento y al Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

Las principales misiones del ISCIII son: financiar, gestionar y ejecutar la investigación biomédica en España, desarrollar actividades de investigación, servicios de apoyo al Sistema Nacional de Salud y formación.