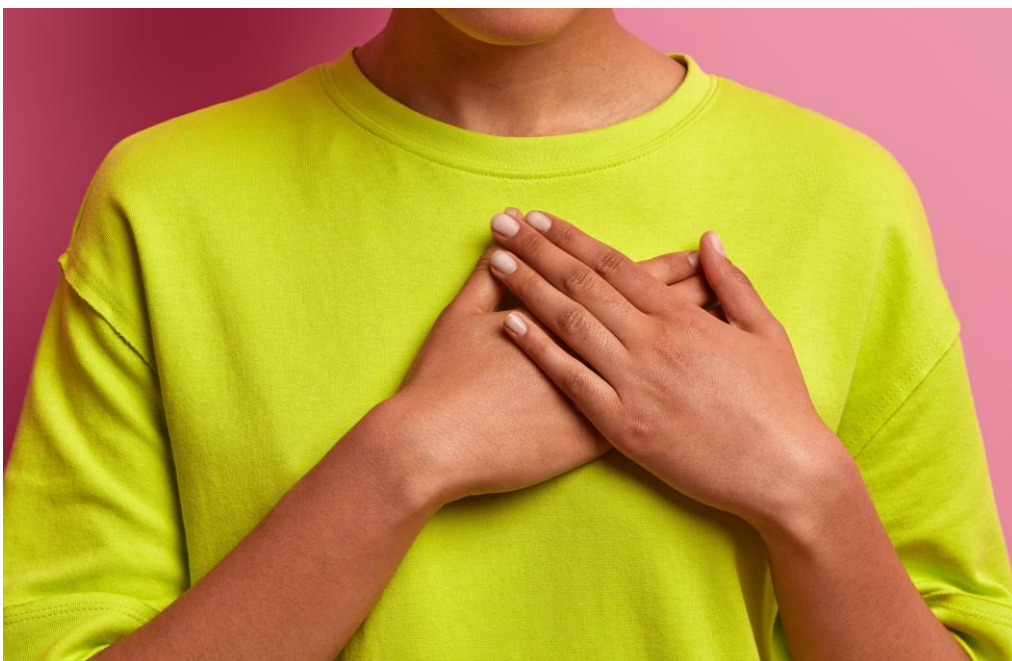


Factores clínicos y sociodemográficos asociados al cumplimiento de recomendaciones preventivas antes del diagnóstico de cáncer de mama

22/04/2025

Una investigación liderada desde el Instituto de Salud Carlos III (ISCIII) en colaboración con ocho centros hospitalarios españoles sugiere que la adherencia a las recomendaciones para la prevención del cáncer es moderada en el año previo al diagnóstico de cáncer de mama y que presenta variabilidad en función de diferentes características de las pacientes. [El estudio, publicado en la revista *Cancers*](#), se ha coordinado desde el [Centro Nacional de Epidemiología \(CNE\)](#) del ISCIII, y ha contado con la participación del Área de Epidemiología y Salud Pública ([CIBERESP](#)) del Centro de Investigación Biomédica en Red ([CIBER-ISCIII](#)).



El trabajo ha explorado la adherencia a las [recomendaciones para la prevención del cáncer](#) emitidas por el Fondo Mundial para la Investigación del Cáncer/Instituto Americano para la Investigación del Cáncer ([WCRF/AICR](#)) en mujeres diagnosticadas de cáncer de mama un año antes de su diagnóstico. El estudio también ha analizado cómo se relaciona esta adherencia a las recomendaciones con las diversas características sociodemográficas y clínicas de las participantes.

El cáncer de mama es el tumor más frecuente en mujeres tanto a nivel mundial como en España, donde se diagnosticaron 131 casos por cada 100.000 mujeres en 2022. Los avances en el diagnóstico precoz y el tratamiento han permitido alcanzar una tasa de supervivencia neta a cinco años del 85,2%, lo que convierte a las supervivientes de cáncer de mama como el grupo más prevalente entre las personas que han sido diagnosticadas de un tumor. Las últimas recomendaciones del WCRF/AICR, de 2018, promueven mantener un peso saludable, realizar actividad física regular, seguir una dieta rica en vegetales, frutas, cereales integrales y legumbres, y limitar el consumo de alcohol, carnes procesadas, bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados.

Estas pautas no sólo contribuyen a la prevención primaria del cáncer, sino que también pueden mejorar los resultados de salud tras el diagnóstico.

La investigación ha evaluado a 915 pacientes diagnosticadas entre 2014 y 2019 en ocho hospitales de cuatro regiones de España. Los resultados revelan que la adherencia global a las recomendaciones del WCRF/AICR fue moderada, con una puntuación media de 3,5 sobre 7. La recomendación con mayor cumplimiento fue la de limitar el consumo de bebidas azucaradas (el 54,4% de las mujeres no las consumía), mientras que la de menor cumplimiento fue la de mantener una dieta rica en fibra (el 4,4% consumía al menos 30 g/día).

Para llevar a cabo el estudio, el equipo de investigación ha recogido información mediante un cuestionario epidemiológico y otro de frecuencia alimentaria, complementados con datos clínicos. Se analizaron los hábitos de vida durante el año previo al diagnóstico, evaluando la adherencia a las siete principales recomendaciones del WCRF/AICR mediante un sistema de puntuación estandarizado.

Los resultados han permitido identificar que ciertos factores sociodemográficos y clínicos influyen en el grado de cumplimiento de estas pautas. Las mujeres mayores de 60 años presentaron una mayor adherencia global, mientras que aquellas con una ingesta calórica diaria superior a 2.000 kilocalorías o con dos o más comorbilidades mostraron una peor adherencia. Por otro lado, las

mujeres jóvenes mostraron un mayor consumo de bebidas azucaradas y comida rápida. Las fumadoras presentaron una menor adherencia a las recomendaciones de limitar el consumo de alcohol y de mantener un consumo elevado de frutas y verduras, y las trabajadoras en activo mostraron una peor adherencia a la recomendación de realizar actividad física de forma regular.

El nivel moderado de adherencia a las recomendaciones del WCRF/AICR detectado en las participantes del estudio pone de manifiesto la necesidad de desarrollar intervenciones específicas, adaptadas a las características sociodemográficas y clínicas de cada paciente. Estas intervenciones deben considerar factores como la edad, el nivel educativo, la condición laboral y la presencia de comorbilidades, con el objetivo de promover cambios sostenibles en el estilo de vida que contribuyan a mejorar su calidad de vida y el pronóstico.

• **Referencia del artículo:** Pachón Olmos, V.; Pollán, M.; Fernández de Larrea-Baz, N.; Fernández-Morata, J.; Ruiz-Moreno, E.; García-Pérez, J.; Castelló, A.; Sierra, M.Á.; Lucas, P.; Alonso-Ledesma, I.; Stradella, A.; Cantos, B.; Ramón y Cajal, T.; Santisteban, M.; Seguí, M.Á.; Santaballa Bertrán, A.; Granja, M.; Camps-Herrero, J.; Recalde, S.; Mendez, M.; Calvo Verges, N.; Pérez-Gómez, B.; Pastor-Barriuso, R.; Lope, V. *Determinants of Adherence to World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research Recommendations in Women with Breast Cancer. Cancers* 2025, 17, 708. <https://doi.org/10.3390/cancers17040708>.