

THE CONVERSATION

Rigor académico, oficio periodístico



IMG. Author provided

Consumir alcohol en la adolescencia aumenta el riesgo de cáncer de mama a lo largo de la vida

Publicado: 3 marzo 2022 22:04 CET

Marina Pollán Santamaría

Directora del Centro Nacional de Epidemiología del ISCIII, Instituto de Salud Carlos III

Carolina Donat Vargas

Investigadora postdoctoral en enfermedades crónicas del Instituto de Salud Global de Barcelona (ISGlobal) y colaboradora docente en el Dpto. de Medicina Preventiva y Microbiología de la Universidad Autónoma de Madrid., Karolinska Institutet

Miguel Martín

Jefe de servicio de Oncología Médica en el Hospital Gregorio Marañón y presidente del Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama. Profesor, Universidad Complutense de Madrid

Que a mayor consumo de alcohol mayor riesgo de padecer algunos cánceres, entre ellos el de mama, ya lo ha dicho la OMS. Pero desde el Instituto de Salud Carlos III y el grupo GEICAM hemos ido más allá. Hemos estudiado el impacto que tiene el consumo de alcohol durante las diferentes etapas de la vida en el desarrollo de cáncer de mama, algo que no se había explorado hasta ahora.

Esta nueva investigación, que ha contado con la contribución de 23 hospitales, se enmarca en EpiGEICAM, uno de los mayores estudios epidemiológicos sobre cáncer de mama realizados en España. Su propósito era aportar nuevas evidencias sobre los diferentes factores que relacionan nuestro estilo de vida con la aparición de cáncer de mama.

Cerca de mil mujeres recién diagnosticadas de cáncer de mama fueron reclutadas en los servicios de oncología de diferentes hospitales. Cada paciente fue emparejada con una mujer sana de edad similar y residente en la misma ciudad. En el campo de la epidemiología, este tipo de estudios se conocen como estudios de casos y controles emparejados. Las participantes respondieron a un amplio cuestionario sobre la frecuencia de consumo de diferentes bebidas alcohólicas -cerveza, vino, destilados, licores- en cada una de las principales etapas de su vida.

Importa cuánto, pero también cuándo

En este estudio, publicado en el *British Journal of Cancer*, identificamos cuatro trayectorias de consumo de alcohol en las mujeres participantes. Estas se asociaron de manera diferente al riesgo de desarrollar cáncer de mama. Podemos verlo en la figura 1.

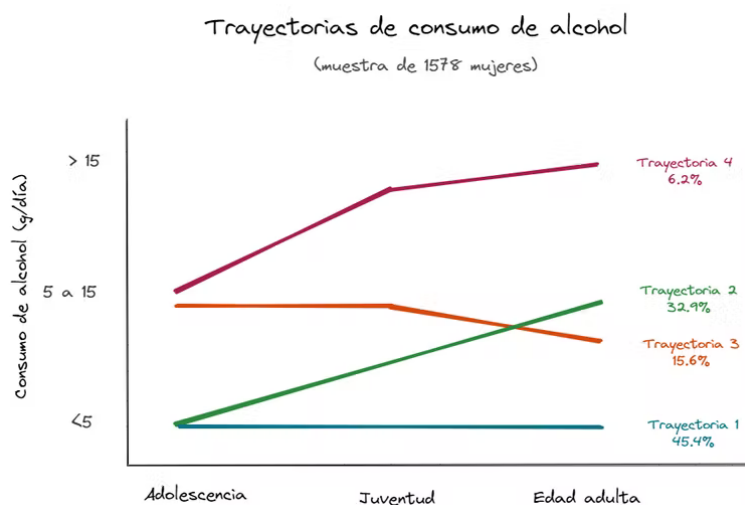


Figura 1. Trayectorias de consumo de alcohol durante la vida de las mujeres, desde la adolescencia hasta la edad adulta pasando por la juventud. / Carolina Donat. Author provided

Toda las trayectorias, excepto una, se asociaron gradualmente con un mayor riesgo de cáncer de mama. La única que quedaba exenta era aquella constituida por mujeres abstemias o con consumos muy bajos a lo largo de la vida (trayectoria 1).

En comparación a esta, aquellas mujeres que ya empezaron a beber alcohol en la adolescencia de forma moderada y que aumentaron el consumo en la edad adulta (trayectoria 4) tuvieron el doble de riesgo de desarrollar cáncer de mama.

La siguiente trayectoria de consumo que aumentó más el riesgo de contraer cáncer de mama fue la tercera, compuesta por aquellas mujeres que mantuvieron un consumo moderado de alcohol a lo largo de toda la vida.

Por último, obtuvimos la segunda, representada por mujeres que durante la adolescencia tuvieron un consumo bajo de alcohol y que lo fueron aumentando ligeramente sin llegar nunca a un consumo elevado.

De la investigación se desprende que, a mayor consumo de alcohol acumulado a lo largo de la vida, mayor riesgo de cáncer de mama. Pero, además, que el consumo de alcohol en edades tempranas puede influir especialmente en el desarrollo del cáncer de mama.

El desarrollo de las mamas en la adolescencia

Existe una explicación biológica detrás de estos hallazgos. Durante la adolescencia, las glándulas mamarias se están desarrollando y es cuando son particularmente susceptibles a exposiciones carcinógenas.

El efecto que tiene el alcohol sobre el aumento de los niveles de estrógenos es uno de los posibles mecanismos subyacentes a la asociación entre el alcohol y el cáncer de mama. Debido a que el estrógeno en las mujeres estimula el crecimiento de las células mamarias, la exposición a esta hormona femenina durante períodos prolongados puede aumentar el riesgo de que se desarrolle cáncer de mama.

Los resultados de esta investigación también revelaron un mayor riesgo de cáncer de mama relacionado con el alcohol en las mujeres posmenopáusicas, especialmente en aquellas con un peso corporal bajo o normal.

Esto podría explicarse en parte por el aumento de estrógenos resultante del consumo de alcohol, que podría ser más importante en mujeres posmenopáusicas (en las que el ovario deja de funcionar). Incluso sería más manifiesto en aquellas mujeres con menor cantidad de grasa corporal, ya que el tejido graso es la principal fuente de estrógenos después de la menopausia.

La cultura imperante en nuestra sociedad es muy favorable al alcohol

El consumo excesivo de alcohol se ha convertido en un hábito muy tolerado socialmente. Este hecho ha contribuido a un aumento en los niveles de consumo, especialmente en los sectores más jóvenes de la población.

Simultáneamente, mientras que en el pasado las mujeres consumían alcohol con menor frecuencia y en menor cantidad que los hombres, en la actualidad el consumo es casi equiparado entre ambos sexos. Además, en el estudio también se observó que aquellas mujeres que empezaron a beber alcohol en la adolescencia y durante la juventud lo continuaron haciendo en cantidades similares o mayores en la edad adulta. Esto refleja, en cierto modo, lo difícil que puede ser abandonar ciertos hábitos o costumbres adquiridas en edades tempranas.

Es importante, por tanto, impulsar políticas de salud que contribuyan a que un estilo de vida sin alcohol sea percibido por la población, especialmente entre los jóvenes, como algo positivo y ligado a los valores estéticos y culturales más atractivos. Políticas que ayuden también a sensibilizar a la sociedad sobre la relación entre el consumo de alcohol en la adolescencia y el aumento del riesgo de desarrollar un cáncer de mama a lo largo de la vida.

De momento, no podemos cambiar nuestros genes, pero sí podemos cambiar hábitos (o no empezarlos), que sabemos que nos van a predisponer al desarrollo del cáncer más diagnosticado en mujeres.