BEATRIZ ALONSO DE CASTRO ADJUNTA DEL SERVICIO DE ONCOLOGÍA DEL CHUAC

«La explicación del aumento de casos de cáncer en jóvenes es multifactorial»

Los hábitos de vida modernos hacen crecer los tumores en menores de 50

LOIS BALADO
REDACCIÓN / LA VOZ

La oncóloga del hospital coruñés, Beatriz Alonso de Castro.

LA VOZ DE LA SALUD

El fallecimiento de Verónica Echegui con tan solo 42 años a consecuencia de un cáncer pone sobre la sociedad una evidencia clínica que se viene apreciando desde hace años: el aumento de la incidencia de los cánceres de «aparición temprana»; esto es, tumores que se presentan antes de los cincuenta años. Esta realidad la sustentan trabajos como el publicado en la revista científica *BMJ Oncology*, en la que se recopilaron datos de cánceres en este perfil de pacientes entre 1990 hasta el 2019. El resultado: un aumento de más del 79 % en el número de casos. Sobre el porqué detrás de este incremento, Beatriz Alonso De Castro (Santiago de Compostela, 1993), médico adjunto del Servicio de Oncología del Chuac e investigadora del INIBIC hace su análisis.

—¿Cómo se explica este aumento?

—Probablemente, la explicación sea multifactorial. Por un lado, en la actualidad contamos con una gran promoción de estrategias de *screening*, de cribados, en los países desarrollados. Algunos de ellos, como el del cáncer de cérvix o el de mama, ya se está planteando disminuir la edad para entrar en el programa desde los 49 años hasta los 45, ya que parece que hay una tendencia a disminuir la mortalidad con este cambio, aunque con resultados todavía poco concluyentes. Y por otro lado están los hábitos de vida. Llevamos una vida muy sedentaria, con una alimentación marcada por las prisas, rica en alimentos procesados, con exceso de grasas saturadas y baja en fibra. Todo esto conlleva una alteración en la microbiota intestinal, a un incremento en la inflamación crónica y un mayor riesgo de cáncer. Y no podemos dejar de lado otros hábitos tóxicos, como el tabaco, el alcohol o, incluso, la contaminación.

—Está especializada en tumores de mama y ginecológicos, ¿tienen alguna peculiaridad?

—En el caso concreto del cáncer de mama, el aumento de la incidencia también podría estar relacionado con los cambios en los hábitos reproductivos. Sabemos que la nuliparidad, la edad tardía del primer hijo, no dar lactancia materna, incluso el uso de anticonceptivos orales, pues son factores de riesgo para este tumor.

—Habla del papel que juega de una microbiota alterada, ¿la alimentación explica una parte importante del total de los casos?

—Como he dicho, es algo multifactorial. No podemos afirmar que solo la alimentación esté detrás. Es un estilo de vida del que la alimentación forma parte. Las prisas, que ya no nos paramos como hace 40 años hacían nuestras abuelas para preparar un guiso con productos del campo. Ahora vamos al súper, compramos lo que esté hecho y comemos en el trabajo o un bocadillo por el camino.

—Resulta realmente sorprendente que nuestra forma de vivir sea capaz de disparar de esta manera los casos de cáncer.

—Depende también un poco también del tipo de cáncer. En el estudio del *British Medical Journal* se realiza un análisis en función del tipo de tumor, porque los factores también cambian según sea uno u otro. Se ha visto que el aumento de la incidencia del cáncer de mama sí se debe más a cambios en la dieta al sedentarismo y a cambios de hábitos reproductivos. En el caso del cáncer de pulmón, se ve claramente que este aumento está relacionado con un incremento del hábito tabáquico, especialmente en mujeres. Antes de los noventa, quienes fumaban eran los hombres y no tanto las mujeres. En cambio, como bien dices, el cáncer de estómago y el colorrectal sí están más asociados a cambios en los patrones alimentarios y al alcohol; pero también al tabaco.

«Los tumores en gente joven, muchas veces, llevan a diagnósticos tardíos y son más agresivos»

REDACCIÓN / LA VOZ

Beatriz es joven, por una cuestión puramente cronológica no es capaz de comparar lo que ve hoy consulta con lo que se vivía hace décadas. Pero sí describe la foto fija de los pacientes oncológicos que pasan por el hospital coruñés.

—¿Comenta con los más veteranos este cambio de perfil?

—Es verdad que no tengo esa perspectiva de años atrás, lo que sé es lo que está pasando ahora y no cabe duda de que vemos pacientes muy jóvenes. Hoy [por ayer] voy a ver a una paciente de 23 años con cáncer de mama.

—Se relaciona ese incremento con nuestro estilo de vida apresurado, pero no parece que el mundo vaya a pisar el freno...

—Pues es un problema de salud pública que es necesario resolver con diversas estrategias. Por un lado, preventivas, con educación sanitaria a nuestros jóvenes, animándoles a un estilo de vida sano, con dieta baja en grasas y rica en verdura y fibra, evitando hábitos tóxicos y potenciando el ejercicio físico. Y también necesitamos explorar la posibilidad de expandir los cribados poblacionales a edades más tempranas. También, personalizar los tratamientos, con la comprensión de la naturaleza de cada tumor a través de la secuenciación y nuevas estrategias terapéuticas más personalizadas. Y es importante optimizar los cuidados y preparar a los pacientes para la vida después del cáncer. El problema de los tumores en gente joven es que, muchas veces, nos lleva a diagnósticos tardíos, con más carga de enfermedad y más agresivos. Los tratamientos que les pautamos pueden limitar su calidad de vida; dejarles secuelas para los años que vengan después. Es obvio que un cáncer a los 30 años no tiene la misma repercusión en términos de años de vida perdidos.

—¿Por qué diagnósticos tardíos?

—Cuando un chico de 40 años llega a la consulta con dolor abdominal y hábito intestinal estreñido, es muy probable que un diagnóstico oncológico no sea en lo primero que se piense. Tenemos que hacer un esfuerzo mayor por incluir dentro de los diagnósticos diferenciales este tipo de patología.

Microesferas que atrapan la grasa en el intestino, futura alternativa a los fármacos

MADRID / EUROPA PRESS

Un grupo de investigadores ha desarrollado microesferas comestibles elaboradas con polifenoles del té verde, vitamina E y algas marinas que, al consumirlas, se unen a las grasas en el tracto gastrointestinal. Los resultados preliminares de las pruebas con ratas alimentadas con dietas altas en grasas muestran que este enfoque para perder peso puede ser más seguro y accesible que la cirugía o los fármacos. «Perder peso puede ayudar a algunas personas a prevenir problemas de salud a largo plazo, como la diabetes y las enfermedades cardíacas. Nuestras microesferas actúan directamente en el intestino para bloquear la absorción de grasas de forma no invasiva y suave», ha señalado Yue Wu, estudiante de posgrado de la Universidad de Sichuan (China). Wu presentará los resultados de su equipo en la Reunión Digital de Otoño de 2025 de la ACS, la Sociedad Química Americana. «Queremos desarrollar algo que funcione con la forma en que las personas comen y viven normalmente», afirma Wu.

El sistema inmunológico intestinal se altera en ratones con alzhéimer

MADRID / EUROPA PRESS

Un equipo de investigadores del Instituto de investigaciones de Buck (Estados Unidos) ha descubierto que el sistema inmunológico intestinal se altera en ratones con la enfermedad de Alzheimer, un hallazgo que proporciona una «posible nueva vía terapéutica» para esta patología. El estudio ha mostrado cómo algunas células inmunitarias se desplazan a lo largo del eje cerebro-intestino, y que alimentar a los ratones con una dieta rica en fibra ha permitido reducir la fragilidad relacionada con el alzhéimer, incluido el temblor. «Este artículo sitúa al sistema inmunitario intestinal en la vanguardia de la patología de las enfermedades neurodegenerativas (...) Dado su tamaño y la capacidad de las células para desplazarse, es lógico que estas tengan la capacidad de influir en la fisiología general», ha afirmado el coautor del trabajo, Daniel Winer.