



“La nutrición es un complemento y en ningún caso debe sustituir a los tratamientos contra el cáncer que conocemos”

Ávila, 11 de julio de 2017.- Uno de los cursos de verano de la UNED que se está celebrando esta semana en Ávila está abordando el tema de la nutrición como complemento a la oncología en la lucha contra el cáncer, desde la prevención hasta los tratamientos clínicos.

La segunda semana de la XXVIII edición de los Cursos de Verano de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) ha incluido un seminario en el que se ha tratado un tema que podríamos considerar novedoso, ya que antes no se tenía en cuenta, que es el de utilizar el campo de la nutrición en la prevención y el tratamiento oncológico, de modo que en este curso, ‘Nutrición y Cáncer: aspectos preventivos y tratamiento’, dirigido por Carmen Gómez Candela y Coral Calvo, han buscado como objetivo abordar el tema del cáncer teniendo en cuenta esos dos aspectos, el nutricional y el clínico.

Tal y como ha explicado la profesora de Nutrición y Dietética de la UNED Coral Calvo, “se abordan aquí tres aspectos importantes: los aspectos preventivos del cáncer a través de la nutrición, teniendo en cuenta que, en torno al 30% de los cánceres tienen un origen alimentario, por lo que la prevención es importante; aspectos durante el tratamiento y, finalmente, aspectos durante las recaídas de los pacientes oncológicos”.

Y además, ha recordado Calvo, “hacemos hincapié en otro aspecto que es común para todos, que es la realización de actividad física, tanto para la prevención como para las personas que tienen un tratamiento nutricional, de quimioterapia o radioterapia y, además, para aquellas que hayan superado la enfermedad y puedan continuar con una buena calidad de vida”.

En cuanto a este último punto, Gómez Candela, Jefa de Nutrición Clínica y Dietética del Hospital Universitario de La Paz de Madrid, ha destacado la importancia de la actividad física y ha recordado que “muchas personas se inmovilizan cuando reciben tratamiento, dejan de moverse y eso tiene repercusiones muy negativas, porque la masa muscular se pierde y el paciente se fatiga enormemente y no puede volver a su actividad habitual, así que se aconseja hacer ejercicio como parte del tratamiento, para prevenir el cáncer, durante el tratamiento y después de él”.

Además, ha recomendado la doctora, “hay que hacer ejercicio tanto aeróbico como anaeróbico, eso sí, lo que se pueda, porque aunque sea poco cuenta. Que se muevan, que caminen y después intentar con pequeños pesos mover brazos y piernas. A veces es poco, pero es lo justo para que con el efecto del tratamiento nutricional ayude de verdad a que el paciente se sienta mejor y mejore en calidad de vida”.

En cuanto a la prevención, la profesora Calvo ha señalado que “las recomendaciones son para la población en general, para evitar factores de riesgo y, por tanto, para evitar las enfermedades crónicas no transmisibles, pero que en muchos casos tienen unas morbilidades muy elevadas, como puede ser el cáncer, pero como puede ser también los problemas de tipo cardiovascular, la diabetes, la obesidad,

etc.". En ese sentido, ha señalado, "hemos hecho un recorrido por lo que es el estilo de vida, con lo que conlleva la palabra estilo de vida, que no es solamente un patrón de alimentación, sino un patrón de vida que debe pasar por una buena hidratación, por un buen ejercicio físico, sosiego, descanso, siesta,..., es decir, por unas condiciones óptimas de vida" y ha destacado dentro de ese patrón de alimentación saludable la dieta mediterránea.

Por su parte, Gómez Candela se ha referido a la aplicación de la nutrición cuando ya ha aparecido el cáncer apuntando que "vamos a lo que se llama la medicina de precisión, es decir, que queremos tratamientos específicos para pacientes concretos que tienen necesidades específicas". Por ello, ha asegurado, "hay pacientes que se van a beneficiar de consejos dietéticos", porque, ha dicho, "hay personas que tienen hasta cinco síntomas que les dificultan la capacidad de comer, así que fijaros la cantidad de consejos que necesitan. Qué como si no tengo apetito, si tengo náuseas y además tengo diarrea y dolor para tragar...".

Cuando esto no es posible, ha señalado la doctora, "hay que adaptar la alimentación y con mucha frecuencia, en los pacientes oncológicos, utilizamos suplementos nutricionales orales, que son fórmulas de nutrientes que tienen el aspecto de un envase comercial, pero que van con receta médica, lo que, por suerte en nuestro país, si se cumplen una serie de requisitos, están financiados por el sistema público". Estos productos, ha dicho, "tienen ingredientes como los ácidos grasos omega3, aminoácidos especiales, antioxidantes y cumplen una función de ayudar a nutrir y a revertir los problemas metabólicos de estos pacientes con cáncer".

Y cuando esto no es posible tampoco, ha señalado, "tenemos que recurrir a otras medidas que llamamos de nutrición artificial, utilizando sondas que se incorporan en diferentes partes del tracto gastrointestinal. Si el intestino no funciona, alimentamos transitoriamente a través de la vena". El caso, ha dicho, es que "en este momento, el conocimiento y desarrollo del sector de la alimentación y la nutrición tiene capacidad para nutrir a cualquier paciente con cáncer sea cual sea su condición".

Finalmente, ha recordado Gómez Candela, "cuando el paciente está en un soporte que llamamos paliativo y ya el tumor no tiene curación, también hay que cuidar su situación nutricional y hay que hacerlo de formas especializadas, por manos expertas. Ya no es el momento de curar, si el momento de aliviar y de ayudar y la nutrición ahí también cuenta".

Por todo ello, ha apuntado Calvo, "es muy importante recordar que la UNED ya tiene un curso de experto universitario de alimentación, nutrición y cáncer, un curso que hemos diseñado con la doctora Gómez Candela y que es muy novedoso y muy interesante, porque une dos departamentos como son el de Oncología y el de Nutrición" y es que, ha concluido, "desde siempre no se ha tenido muy en cuenta el tema de la nutrición en el tratamiento de los cánceres y creemos que da un soporte para mantener la calidad de vida de los pacientes".

DEBEMOS DESMITIFICAR LAS DIETAS MILAGROSAS

Además de la relación entre oncología y la nutrición en el aspecto clínico y preventivo, las directoras del curso de la UNED han resaltado que "queremos desmitificar todos aquellos patrones de dieta, un poco anómalas, desequilibradas, desajustadas, etc., que están proliferando mucho en los medios de comunicación y que incluso se venden como dietas muy favorables, como algo mágico que en realidad no lo es tanto" y que han denunciado, "se venden como dietas anti cáncer, con ese descaro y poco conocimiento y rigor científico".

Según Calvo, “vamos en una línea de investigación pura y dura, podríamos decir que en la línea científica oficialista, porque, desde luego, no estamos de acuerdo con las teorías de dejar los tratamientos clásicos como la quimioterapia, la radioterapia o algunos nuevos que han ido apareciendo”, porque, ha señalado, “la nutrición es un complemento, es mejorar la calidad, pero en ningún caso debe sustituir a los tratamientos que todos conocemos”.

La doctora Gómez Candela, por su parte, ha señalado que “utilizando todas las medidas de tratamiento antitumoral existentes, si el paciente no está bien nutrido no va a ir bien, pero no hay ningún tratamiento nutricional que vaya a curar el cáncer, porque muchas personas, en su desesperación, sobre todo en casos en los que el tumor está avanzado o no responde bien, piensan que hay alguna solución mágica a base de nutrientes mágicos que van a solucionar el cáncer, y esto no es así”.

Ahora bien, ha apuntado, “la nutrición sí que ayuda a mejorar la supervivencia, ayuda a mejorar la calidad de vida y procura bienestar, no sólo al paciente, sino también al sistema sanitario, porque ahorra costes, pero tiene que hacerse por parte de personal experto, por equipos de nutrición y de una forma protocolizada.