

LA DIETA BAJA EN GRASAS NO PREVIENE EL CÁNCER DE MAMA NI EL RIESGO DE ENFERMEDAD CORONARIA



CÁNCER DE MAMA:

En repetidas publicaciones se ha planteado la hipótesis de que una ingesta baja en grasas

podría reducir el riesgo de cáncer de mama, pero no se había realizado ningún ensayo clínico para demostrarlo. Prentice et al (2006) han realizado un ensayo aleatorizado en 40 centros clínicos de EEUU con 48.835 mujeres de 50 a 70 años, con prevención primaria para la ingesta de grasas, seguidas durante 8,1 años (dentro del estudio del Women's Health Initiative). Un grupo de estas mujeres recibió instrucciones para disminuir su ingesta en grasas hasta el 20% de su ingesta energética total y aumentar el consumo de frutas y vegetales hasta seis veces al día. Se comparó la incidencia de cáncer de mama invasivo con un grupo que seguía su dieta habitual, al que no se le habían sugerido cambios. No se apreciaron cambios estadísticamente significativos entre los dos grupos, pero un análisis secundario sugiere una disminución del riesgo entre las que partían de una dieta alta en grasas y según las características de los receptores hormonales del tumor. Los autores sugieren un ensayo preventivo con más largo período de seguimiento de las mujeres.

JAMA. 2006 Feb 8;295(6):629-42.



CORAZÓN:

Según el estudio realizado por Howard et al (2006), a partir del grupo de intervención del WHI (Womens

Health Initiative) el aumento en la dieta de las cantidades de vegetales, frutas y cereales diarias, y la reducción de la ingesta de grasa total, entre mujeres posmenopáusicas, no se ha demostrado eficaz para reducir el riesgo de enfermedades coronarias, ictus o enfermedades cardiovasculares, y sólo ha tenido un ligero efecto en la reducción de algunos factores de riesgo para estas enfermedades. Los autores concluyen que habrá que pensar otras intervenciones, al estudiar a las mujeres, en las se modifiquen otros aspectos de los estilos de vida o de la dieta que sí reduzcan los riesgos cardiovasculares, distintos a los que se han venían aplicando habitualmente en estudios con hombres.

JAMA. 2006 Feb 8;295(6):655-66.

MUJERES DE RAZA NEGRA, MAYOR RIESGO DE MORIR DE CÁNCER DE MAMA

En este estudio se observó que las mujeres negras tenían más probabilidad que las blancas de padecer cáncer de mama avanzado en el momento del cribado. Estos hallazgos confirman la hipótesis de que las mujeres negras tenían más riesgo de cáncer de mama y con peor pronóstico. Esto es debido sólo en una pequeña parte a la biología y en una gran parte a un acceso menor a las prácticas de mamografías preventivas correctas ya que, cuando se compararon con otras mujeres con historias similares de cribado mamográfico, las diferencias entre mujeres blancas y negras se atenuaron o se eliminaron.

En el caso de las mujeres de otros grupos minoritarios (hispanos, asiáticos e indios nativos americanos), se vió que habían recibido una práctica incorrecta de cribado en muchos casos, pero cuando se compararon con historias similares en cuanto al cribado, las tasas de cáncer fueron incluso más bajas que las de las mujeres blancas.

Ann Intern Med 2006 Apr 18; 144: 542-543

Subvencionado por:



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones

A través de:

Obra Social "la Caixa"

MYS MUJERES Y SALUD

una revista autónoma y multidisciplinar sobre La salud integral de Las mujeres, elaborada desde La conciencia de género.

una vía de comunicación interactiva abierta a Las Lectoras, grupos, asociaciones, activistas, profesionales y redes nacionales e internacionales.

una publicación dirigida a investigar y mejorar La salud, La educación sanitaria y La calidad de vida de Las Lectoras.

solicitud de suscripción a La revista

Números publicados: Dossiers

- 1 NUESTRA MIRADA. Mujeres y hombres: Haciendo visibles las diferencias.
- 2 DE PLOMO Y PLUMAS. Salud laboral para todas en el 2000.
- 3 HERMOSAMENTE MADURAS. Vivir más, vivir mejor.
- 4 DESCARGAS DE ALTO VOLTAJE. Las adolescentes
- 5 LAS FOTOS QUE NO VIMOS. Autoconocimiento: la mejor ayuda para la vida.
- 6 VIOLENCIA DOMÉSTICA O VIOLENCIA DE GÉNERO. Un reto social y sanitario.
- 7 MATAR MOSCAS A CAÑONAZOS. Plaguicidas de uso ambiental,
- 8 OTRO MUNDO ES POSIBLE.
- 9 POR UN PUÑADO DE OVULOS. Revolución de la reproducción.
- 10 "DOCTORA ME DUELE TODO" Fibromialgia
- 11-12 A VUELTAS CON LA MATERNIDAD.
- 13-14 LA SALUD DE LAS MUJERES EN TIEMPOS DE GUERRA.
- 15 SER MUJER NO ES UNA ENFERMEDAD. La medicalización
- 16 COMO TRATAR BIEN EL MALESTAR DE LAS MUJERES EN ATENCION PRIMARIA
- 17 LA MALA SALUD LABORAL DE LAS MUJERES