

## **Una investigación española revela el seguimiento de las recomendaciones de hábitos saludables frente al cáncer en supervivientes de cáncer de mama**

- Un nuevo estudio español revela que las mujeres supervivientes de cáncer de mama presentan un cumplimiento moderado de las recomendaciones internacionales para la prevención del cáncer, mostrando una mayor adherencia a la recomendación de seguir una dieta rica en frutas y verduras, y una adherencia bastante menor a la limitación del consumo de carnes rojas y procesadas.
- La investigación ha trabajado con 420 supervivientes de cáncer de mama, de entre 31 y 80 años y con una media de 10 años desde que se realizó el diagnóstico. Las participantes respondieron a un cuestionario epidemiológico y a otro cuestionario de frecuencia alimentaria, y la información clínica fue recogida por investigadores de los hospitales participantes.
- Ha sido coordinada por investigadores del Instituto de Salud Carlos III (ISCIII), pertenecientes al Centro Nacional de Epidemiología (CNE) y al Área de Epidemiología del CIBER (CIBERESP), liderada por el Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama y financiada por la Asociación Española Contra el Cáncer.

**Madrid, xxx de octubre de 2022.-** Una investigación española, que explora el grado de cumplimiento de las recomendaciones de prevención del cáncer emitidas por el Fondo Mundial para la Investigación del Cáncer/Instituto Americano para la Investigación del Cáncer (WCRF/AICR, siglas en inglés) en supervivientes de cáncer de mama, revela una baja adherencia a algunas recomendaciones, como limitar el consumo de carne roja y procesada y mantener una dieta rica en fibra. Los resultados de este trabajo señalan que el cumplimiento global de las recomendaciones es menor en supervivientes con mayor nivel educativo y en mujeres con familiares de primer grado con cáncer de mama; también se aprecian diferencias en el cumplimiento de las recomendaciones individuales según las características sociodemográficas y clínicas de las participantes.

Así lo ha puesto de manifiesto el estudio Health-EpiGEICAM, un estudio epidemiológico promovido por el Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama (**GEICAM**), coordinado por investigadores del Instituto de Salud Carlos III (**ISCIII**), pertenecientes al

Centro Nacional de Epidemiología (CNE) y al Área de Epidemiología del CIBER (CIBERESP) y financiado por la Asociación Española Contra el Cáncer, con la adjudicación de una Ayuda a Equipos de Investigación Oncológica en la categoría de Proyectos Singulares 2016. [Los resultados han sido publicados recientemente en la revista \*Cancers\*.](#)

El cáncer de mama, con 34.750 casos estimados para 2022, representa el 29% del total de tumores en mujeres. Constituye también la principal causa de muerte por cáncer y el tumor con mayor prevalencia en mujeres españolas. El aumento de la supervivencia conlleva un mayor tiempo de exposición a problemas de salud relacionados directa o indirectamente con este tumor y su tratamiento, muchos de los cuales pueden prevenirse adoptando estilos de vida más saludables.

En 2018, el WCRF/AICR actualizó sus recomendaciones para reducir el riesgo de cáncer, estableciendo 10 recomendaciones relacionadas con la dieta, la actividad física y el control del peso. La décima recomendación se dirige a las personas supervivientes de cáncer, aconsejándoles que, en la medida de lo posible, sigan las recomendaciones generales para su prevención. A pesar del aumento en el número de supervivientes de cáncer de mama, no hay evidencia científica suficiente sobre el grado de conocimiento y cumplimiento de las recomendaciones por parte de estas mujeres, ni de la existencia de factores potencialmente influyentes. El estudio ahora publicado, que ha contado con la participación de investigadores de 16 hospitales españoles de la red de hospitales de GEICAM, trata de evaluar el grado de cumplimiento de las recomendaciones para la prevención del cáncer difundidas por el WCRF/AICR en supervivientes de cáncer de mama, e identificar los factores clínicos, sociodemográficos y estilos de vida que influyen en dicho cumplimiento.

### **Metodología y resultados**

En el estudio Health-EpiGEICAM, hemos trabajado con la información clínica y los cuestionarios cumplimentados por 420 supervivientes de cáncer de mama, todos ellos mujeres, de entre 31 y 80 años y con una media de 10 años desde su diagnóstico inicial del cáncer de mama. Las participantes respondieron a un cuestionario epidemiológico y a otro cuestionario de frecuencia alimentaria, y la información clínica fue recogida por los equipos investigadores de los hospitales participantes. Se definió una puntuación de 7 ítems para evaluar el cumplimiento de las recomendaciones de 2018 del WCRF/AICR, según los criterios de puntuación previamente establecidos, y se calcularon determinadas variables estadísticas (prevalencias estandarizadas y razones de prevalencia estandarizadas) de cumplimiento moderado y alto según ciertas características de las participantes.

Los autores observaron una adherencia global moderada a las recomendaciones (4 puntos sobre 7). Solamente un 12% de las supervivientes cumplieron con la recomendación de limitar el consumo de carne roja y procesada y un 22% cumplieron con la recomendación de consumir al menos 30 gramos diarios de fibra. Por el contrario, un 73% de las participantes cumplieron con el consumo recomendado de frutas y verduras.

El estudio también reveló diferencias en el cumplimiento de recomendaciones específicas según determinadas características de estas mujeres, algunas de las cuales pueden tenerse en cuenta para diseñar intervenciones preventivas, como por ejemplo, una menor actividad física en las mujeres trabajadoras, una peor adherencia a las recomendaciones de limitar el consumo de carne y evitar el consumo de alcohol en las que tienen un mayor nivel de estudios, o una mayor dificultad para mantener un peso saludable por parte de las mujeres con menor nivel educativo.

Los resultados derivados del estudio Health-EpiGEICAM pueden ser de interés para su integración en programas de prevención del cáncer. Además, la evaluación periódica del grado de adherencia a estas recomendaciones puede ayudar a valorar la efectividad de dichos programas y facilitar la personalización de la atención a las supervivientes de cáncer de mama, gracias a la implantación de medidas adaptadas a las características de estas pacientes. Por último, mejorar la adherencia a las recomendaciones de WCRF/AICR tendría un impacto no sólo en el pronóstico de los pacientes con cáncer de mama, sino también en el de otras patologías que comparten factores de riesgo con este tipo de cáncer.

- **Referencia del artículo:**

Título: Clinical and Sociodemographic Determinants of Adherence to World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research (WCRF/AICR) Recommendations in Breast Cancer Survivors—**Health-EpiGEICAM Study**.

Autores: Virginia Lope, Angel Guerrero-Zotano, Emma Ruiz-Moreno, Begoña Bermejo, Silvia Antolín, Álvaro Montaña, José Manuel Baena-Cañada, Manuel Ramos Vázquez, Nerea Fernández de Larrea-Baz, José Ignacio Chacón, José Angel García-Sáenz, Clara Olier, Montserrat Muñoz, Antonio Antón, Pedro Sánchez Rovira, Angels Arcusa Lanza, Sonia González, Amparo Oltra, Joan Brunet, Joaquín Gavilá Gregori, María Teresa Martínez, Lourdes Calvo, Libertad Rosell, Susana Bezares, Roberto Pastor-Barriuso, Beatriz Pérez-Gómez, Miguel Martín and Marina Pollán.

Referencia bibliográfica: *Cancers* 2022, 14, 4705.

<https://doi.org/10.3390/cancers14194705>

## **Sobre el Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama**

**GEICAM** es el grupo líder en investigación en cáncer de mama en España, y cuenta en la actualidad con un reconocido prestigio a nivel internacional. Actualmente está constituido por más de 800 expertos, que trabajan en 200 centros de toda España. Entre sus principales objetivos está promover la investigación, tanto clínica como epidemiológica y traslacional, la formación médica continuada, y la divulgación para facilitar la información a las afectadas acerca de los tratamientos y sus efectos secundarios, para mejorar la información de las pacientes y sus familias. Desde su constitución en 1995 hasta el momento GEICAM ha realizado más de un centenar de estudios de investigación de todo tipo y en todos los escenarios de la enfermedad, y en los que han participado más de 60.000 mujeres.

Para más información, puedes visitar la página oficial [www.geicam.org](http://www.geicam.org) o seguirnos en Twitter @GEICAM, @GeicaMujer en Facebook.com/GEICAM y en Instagram/@GEICAM\_.

## **Sobre el Instituto de Salud Carlos III (ISCIII)**

El ISCIII es un Organismo Público de Investigación (OPI) dependiente del Ministerio de Ciencia e Innovación, también con dependencia funcional con el Ministerio de Sanidad, y el mayor organismo público en España dedicado a la financiación de la investigación biomédica y sanitaria, que también realiza labores propias de investigación, formación y prestación de servicios a los sistemas de ciencia y sanidad españoles.

## **Sobre CIBER**

El Centro de Investigación Biomédica en Red (CIBER) perteneciente también al ISCIII, está formado por más de 500 grupos de investigación de excelencia en España agrupados en 13 áreas de investigación. Muchos de los investigadores de este estudio, incluyendo sus líderes pertenecen al área de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP) y al área de Oncología (CIBERONC).

## **Sobre la Asociación Española Contra el Cáncer**

La Asociación Española Contra el Cáncer es la entidad de referencia en la lucha contra el cáncer desde hace 69 años. Dedicamos nuestros esfuerzos a mostrar la realidad del cáncer en España, detectar áreas de mejora y poner en marcha un proceso de transformación social que permita corregirlas para obtener un abordaje del cáncer integral y multidisciplinar. En su ADN está estar al lado de las personas por lo que su trabajo también se orienta a ayudarlas a prevenir el cáncer; estar con ellas y sus familias durante todo el proceso de la enfermedad, si se lo diagnostican; y mejorar su futuro con el impulso a la investigación oncológica. En este sentido, a través de su Fundación Científica, la Asociación aglutina la demanda social de investigación contra el cáncer, financiando por concurso público programas de investigación científica oncológica de calidad. Hoy en día, es la entidad social y privada que más fondos destina a investigar el cáncer: 92 millones de euros en 525

proyectos, en los que participan más de 1.000 investigadores. La Asociación integra a pacientes, familiares, personas voluntarias y profesionales que trabajan unidos para prevenir, sensibilizar, acompañar a las personas afectadas y financiar proyectos de investigación oncológica que permitirán un mejor diagnóstico y tratamiento del cáncer. Estructurada en 52 Sedes Provinciales, y presente en más de 2.000 localidades españolas, cuenta con casi 30.000 personas voluntarias, más de 500.000 socios y casi 1.000 profesionales. Durante el 2021, la Asociación Española Contra el Cáncer ha atendido a 136.000 personas afectadas por la enfermedad.

#### Más información:

##### Comunicación GEICAM:

Lucía Gallardo  
Planner Media  
lgallardo@plannermedia.com  
Tel. 670 255 129  
Irene Sanz  
[isanz@plannermedia.com](mailto:isanz@plannermedia.com)

Roser Trilla  
Responsable de Comunicación GEICAM  
rtrilla@geicam.org  
Tel. 687 987 944

##### Comunicación ISCIII:

José Antonio Plaza  
[ja.plaza@isciii.es](mailto:ja.plaza@isciii.es) / [comunicacion@isciii.es](mailto:comunicacion@isciii.es)