# Relación dietética y desarrollo de cáncer gástrico

Dr. Erik Rebolledo Garduño

Cirugía Gastrointestinal

Sandra Berenice Somarriba Domínguez

Médico Interno de Pregrado

## Visión global del CG en el mundo.

De acuerdo con la gaceta médica de México, el cáncer gástrico ocupa actualmente la 5a causa de muerte por neoplasias en el país, con un total de casos reportados de 951,600 en el 2012. En el mundo ocupa el 3o lugar de cáncer más letales.

Para el año 2012 se presentó casi 1 millón de casos nuevos a nivel mundial, con un aproximado de 723,000 muertes.

Debido a sus manifestaciones clínicas inespecíficas, el diagnóstico generalmente se realiza cuando esta neoplasia se encuentra en etapas avanzadas, limitando significativamente las opciones terapéuticas y por ende disminuyendo la esperanza de vida. Se estima que solo el 4.7% de los casos alcanza los 5 años de sobrevida posterior al diagnóstico.

Por todo lo anterior en nuestro país es un problema de salud pública con una elevada magnitud, sin embargo una vez apareciendo la enfermedad la viabilidad de tratamiento son muy escasas; es por ello que dentro de nuestro de sistema de salud se deberían reforzar las medidas preventivas, como tal son el control de factores de riesgo. Entre los más destacados se encuentra la dieta, infección por *Helicobacter pylori*, edad y predisposición genética.

## Dieta mexicana

La cocina mexicana es considerada una de las 5 mejores a nivel mundial, por combinar de manera artística múltiples sabores y texturas, resaltando lo mejor de cada ingrediente. Entre los ingredientes de mayor frecuencia se encuentra el chile en alguna de sus múltiples variedades. Sin embargo también existen aspectos de la dieta del mexicano que escapan a lo anterior, como es la frecuencia en el consumo de grasas poliinsaturadas, tales como la comida ingerida en vía pública.

Es por eso que decidió estudiar la relación que existe entre el consumo de determinados alimentos y el riesgo de desarrollo de cáncer gástrico.

Así como existen factores predisponentes, existen alimentos que se ha demostrado tienen propiedades protectoras, tales como los vegetales verde-amarillo que reducen un 36% el riesgo de desarrollo.

La sal, los alimentos salados o en salmuera promueven la formación de compuestos N-nitrosos, así como la infección de cepas de *Helicobacter pylori* más virulentas, de manera directa dañan la mucosa gástrica. El consumo de cualquier alimento rico en sal (alimentos en escabeche, botanas y en salmuera) se asocia con un incremento del 18% de riesgo para desarrollo de cáncer.

Las carnes procesadas, ahumadas y asadas también promueven la formación de compuestos N-nitrosos, lo cuales son potencialmente mutagénicos y cancerígenos. Se asocia un incremento de 2-13% de riesgo con el consumo de 20g de carnes procesadas/día.

El chile contiene capsaicina, la sustancia activa que da el picor característico; la cual se tiene en debate en cuanto a su potencial genotóxica o protector. Lo anterior se ha asociado a la cantidad ingerida de dicha sustancia, a partir de la cual rebasando el límite superior deja de ser protector y se torna carcinogénica, aumentando el número de células inflamatorias y exofoliación del epitelio intestinal. Se recomienda un consumo <30 mg/día, lo equivalente a 3 chiles jalapeños, superando la dosis recomendada el riesgo se eleva en un 60% para el desarrollo de cáncer.

El consumo de alcohol se ha asociado al desarrollo de gastropatía reactiva, la cual al hacerse crónica se vuelve un factor de riesgo para el desarrollo de cáncer gástrico. Sin embargo los estudios acerca de dicha relación se encuentran ampliamente sesgados, debido sobre todo al poco control que se tiene del tipo de alcohol consumido, la cantidad, graduación de alcohol contenido en una bebida, marcas y frecuencia real de la ingesta. Sin embargo, de manera tradicional se dice que el riesgo aumenta 2-3 veces con el consumo de etanos, vinos y destilados.

CONCLUSIÓN

El cancer gástrico es una patología cuyo desarrollo depende del manejo y control de los factores de riesgo, los más destacados son los procesos inflamatorios de la mucosa, así como la destrucción de esta. En gran parte de los casos se asocia el proceso inflamatorio al consumo de alimentos ricos en sal, picantes y bebidas alcohólica, así como la infección por *Helicobacter pylori.*

Aunque todo lo anterior se encuentra inmerso en la dieta habitual del mexicano, durante las festividades es cuando más se abusa en el consumo de estos alimentos, incluso de las personas en las cuales ya se encuentran restringidos, por lo cual se vuelve común encontrar exacerbaciones en el servicio de urgencias.

Como médicos, es nuestro deber proporcionar información adecuada y entendible a los pacientes sobre los riesgos potenciales asociados al consumo de carnes, irritantes y bebidas alcohólicas en exceso, pasando de hacer de la comida algo placentero y fuente de salud , un motivo de malestar y potencialmente dañino; en especial en festividades donde la afluencia de pacientes a los servicios de urgencias es considerables por las exacerbaciones de cuadros previos o el debut de nuevos pacientes.