

29 de mayo, Día Mundial de la Salud Digestiva

Modificar o evitar los factores de riesgo, la detección y el tratamiento temprano de los cánceres del Aparato Digestivo reducen su mortalidad

## **Cuatro de los siete cánceres más comunes son del Aparato Digestivo**

- La FEAD lanza, en colaboración con Laboratorios Vilardell, la campaña Cuídate x5 para favorecer la prevención y el tratamiento del cáncer en el Aparato Digestivo: de estómago o gástrico, de páncreas, de hígado, de colon y de esófago.
- El cáncer gástrico o de estómago en España tiene una incidencia anual de cerca de 7.865 casos.
- El cáncer gástrico es dos veces más frecuente en varones que en mujeres y es el quinto cáncer más frecuente en hombres.
- La infección por *Helicobacter pylori*, la mala conservación de los alimentos y una dieta inadecuada, el tabaco y el alcohol son los factores de riesgo clave del cáncer de estómago.

1

---

*28 de mayo de 2019.*- Cuatro de los siete cánceres más comunes son del aparato digestivo. Por este motivo, el Día Mundial de la Salud Digestiva promovido por la Organización Mundial de Gastroenterología, y que en España promueve la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD), se centra este año en el **diagnóstico y tratamiento del Cáncer de Gastrointestinal**.

Según datos proporcionados por la OMS (Organización Mundial de la Salud) los tumores responsables del mayor número de fallecimientos a nivel mundial en 2018 fueron el cáncer de pulmón (18,4% del total de muertes por cáncer), el cáncer colorrectal (9,2%), el cáncer de estómago (8,2%), el cáncer de hígado (8,2%) y cáncer de esófago (3,4%).

Con este fin y coincidiendo con esta jornada, la FEAD y Laboratorios Vilardell ponen en marcha la campaña “Cuídatex5” con el objetivo de ampliar el conocimiento y concienciar a los ciudadanos sobre la importancia de los 5 tipos de cáncer en el aparato digestivo: estómago, páncreas, hígado, colon y esófago, que se engloban dentro del cáncer gastrointestinal.

En España, en 2017, según el INE (Instituto Nacional de Estadística), el número de fallecidos por cáncer digestivo se distribuyó de la siguiente manera: cáncer colorrectal 15.410, páncreas 6.818, estómago 5.154, hígado 5.192 y esófago 1.850 fallecidos.

“Desde la Fundación Española del Aparato Digestivo sabemos que modificar o evitar los factores de riesgo, así como la detección y el tratamiento temprano de los cánceres del Aparato Digestivo son clave para reducir su mortalidad. Para ello, es imprescindible conocer mejor la patología y difundir las principales medidas preventivas” explica Dra. Mileidis San Juan Acosta, especialista en Aparato Digestivo y responsable del Comité de Actividades Fundacionales de la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD).

Por ello, uno de los objetivos de la campaña “Cuídatex5” es visibilizar las 5 medidas clave para la prevención de los cánceres del Aparato Digestivo que promueve Código Europeo contra el cáncer, así como desarrollar información y contenidos específicos para cada tipo de cáncer empezando por el cáncer de estómago.

### **Medidas preventivas contra el cáncer en el Aparato Digestivo**

**1.- Evitar el consumo de tabaco:** al dejar de fumar, el aumento en el riesgo del cáncer inducido por fumar desaparece. La ventaja es evidente en el plazo de 5 años y es más marcado con el paso del tiempo.

**2.- Dieta saludable y evitar la obesidad:** Es conveniente consumir diariamente verduras y frutas, limitar el consumo de alimentos que contienen grasa de origen animal (a excepción del pescado), de productos lácteos y otros derivados de las grasas (particularmente ácidos grasos saturados), limitar los alimentos hipercalóricos (ricos en azúcar o grasa) y las bebidas azucaradas, evitar la carne procesada y limitar el consumo de carne roja y de alimentos con mucha sal.

**3.- Realizar ejercicio físico diariamente:** Muchos estudios constatan que la actividad física regular está asociada con una reducción en el riesgo del cáncer de colon.

**4.- Moderar el consumo de alcohol:** Existen evidencias de que el consumo de alcohol aumenta el riesgo del carcinoma de células escamosas del esófago y de que el riesgo del cáncer de esófago se reduce un 60% a los 10 años o más después de dejar de beber. Beber alcohol también se asocia fuertemente al riesgo de cáncer de hígado a través del desarrollo de cirrosis hepática. Y también se ha apreciado una correlación lineal con la cantidad de alcohol consumida y un riesgo elevado cáncer colorrectal.

**5.- Cribado y vacunación:** Existe evidencia de que el cribado del cáncer colorrectal en población de riesgo medio, con prueba de sangre oculta en heces anual o bienal o colonoscopia cada 10 años, disminuye la incidencia y la mortalidad por esta neoplasia.

Por otro lado, dado que la infección crónica por el virus de la hepatitis B (VHB) explica la mayoría de los cánceres hepáticos y que existe una vacuna eficaz frente al virus de la hepatitis B sería recomendable realizar una vacunación universal.

### Cáncer gástrico, síntomas poco específicos que dificultan el diagnóstico

El cáncer gástrico o de estómago en España tiene una incidencia anual de cerca de 7.865 casos (4.863 varones y 3.002 mujeres) y una mortalidad de 5.154 pacientes. El riesgo de desarrollar este tipo de cáncer aumenta a partir de los 50 años y alcanza su máximo nivel en la séptima década de la vida. Además de ser dos veces más frecuente en varones que en mujeres (es el quinto cáncer más frecuente en hombres). El cáncer gástrico puede ser tipo adenocarcinoma (95%) u otros tumores como linfomas, sarcomas y melanomas que son infrecuentes.

“Uno de los mayores peligros del cáncer gástrico es que al no producir síntomas o que estos son poco específicos, el diagnóstico se realiza en etapas avanzadas o llega como consecuencia de pruebas relacionadas con otras enfermedades, por lo que el control de los factores de riesgo como tratamiento de la infección por *Helicobacter pylori*, evitar una dieta rica en sal y no fumar ni consumir alcohol son fundamentales para reducir su prevalencia”, explica la Dra. Mileidis San Juan Acosta.

3

---

Los síntomas del cáncer gástrico más frecuentes son pérdida de peso, dolor abdominal, cambios de ritmo intestinal, pérdida de apetito, anemia o hemorragia digestiva que se manifiesta por heces negras o vómitos con sangre. Otros síntomas menos frecuentes son náuseas y vómitos, sensación de plenitud precoz (sensación de estar lleno después de comer muy poco) y el cansancio o ascitis (acumulación de líquido en el abdomen). Para la interpretación de los diferentes síntomas es necesario una historia clínica realizada por un médico.

Aunque existen enfermedades o condiciones predisponentes que aumentan el riesgo de padecer cáncer gástrico como: la cirugía gástrica previa, la gastritis crónica atrófica, la anemia perniciosa o los pólipos gástricos de mayor tamaño, también puede existir cierta predisposición genética en casos poco frecuentes como síndrome de cáncer gástrico difuso hereditario u otros factores genéticos o familiares.

Es importante destacar el diagnóstico y **tratamiento de la infección por *Helicobacter pylori* en la prevención del cáncer gástrico**, principalmente en aquellos pacientes con familiares de primer grado con cáncer gástrico. De igual manera la conservación de los alimentos en frigoríficos y una mejor cocción de los mismos, las dietas ricas en frutas y verduras y no consumir tabaco ni alcohol son medidas preventivas que reducen las

probabilidades de desarrollar cáncer gástrico y que justifican la tendencia al descenso en las últimas décadas del cáncer gástrico en España.

Ante la sospecha de cáncer gástrico, el diagnóstico requerido en la mayoría de los casos es una gastroscopia con toma de biopsia. Además, se completa el estudio de extensión con pruebas como TAC abdominopélvico, tomografía de emisión de positrones PET, ecoendoscopia y en algunos casos es necesario realizar una laparoscopia.

“La detección precoz del cáncer gástrico que permite iniciar el tratamiento lo antes posible es muy importante para conseguir buenos resultados” explica la Dra. San Juan Acosta. Si el diagnóstico y el tratamiento del cáncer se realizan antes de que se disemine a otras partes fuera del estómago, la tasa de supervivencia a 5 años es del 67%. Sin embargo, si el cáncer se ha diseminado hacia los tejidos o los órganos circundantes o los ganglios linfáticos regionales, la tasa de supervivencia a 5 años es del 31%. Si el cáncer se ha diseminado a una parte distante del cuerpo, la tasa de supervivencia a 5 años disminuye hasta el 5%.

### **Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD)**

La Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) es una institución privada sin ánimo de lucro, creada y promovida por la Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD) y sometida al protectorado del Ministerio de Educación y Ciencia. Entre sus objetivos principales destacan promocionar la salud digestiva de la población española, realizar campañas de prevención de las enfermedades digestivas mediante la educación sanitaria de la población, apoyar la investigación en gastroenterología y promover la formación de calidad de los profesionales sanitarios en esta especialidad.

Cuenta con el apoyo y colaboración de los más de 2.840 especialistas socios de la Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD).

Más información [www.saludigestivo.es](http://www.saludigestivo.es)

### **Laboratorios Vilardell**

Laboratorios Vilardell fue fundada en 1934 por el Dr. Joan Vilardell Garriga en la rebotica de la Farmacia Vilardell, situada en Barcelona y, desde entonces, la compañía ha pasado de generación en generación. Es una empresa de carácter familiar con 85 años de historia que trabaja para mejorar la calidad de vida y el bienestar de las personas ofreciendo soluciones especializadas para el bienestar digestivo.

[www.labvilardell.com](http://www.labvilardell.com)

### **Bibliografía**

- Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM). Las cifras del Cáncer en España 2019.
- Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM). Las cifras del Cáncer en España 2018.
- Prevención del Cáncer. Plan Integral de Oncología en Andalucía 2007-2012.
- Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM). Cáncer gástrico.
- Diagnóstico y tratamiento de la infección por Helicobacter Pylori. semFyc.

### **PARA MÁS INFORMACIÓN Y GESTIÓN DE ENTREVISTAS:**

Montse Llamas (636 820 201) [mllamas@alaoeste.com](mailto:mllamas@alaoeste.com)

Sonia Joaniquet (663 848 916) [sjoaniquet@alaoeste.com](mailto:sjoaniquet@alaoeste.com)