

VITAMINAS CONTRA EL CÁNCER GÁSTRICO, EL CÁNCER MÁS LETAL EN COLOMBIA

- *El cáncer de estómago, o cáncer gástrico, es una enfermedad silenciosa que puede confundirse con otras enfermedades del estómago como la gastritis o la úlcera.*
- *A diferencia de otros tipos de cáncer, el cáncer gástrico es uno de los más letales. Anualmente 1 millón de casos son diagnosticados en el mundo y en Colombia este cáncer ocupa el primer lugar en mortalidad con 6.451 casos cada año.*
- *La Liga Colombiana Contra el Cáncer lanza su campaña “Vitaminas contra el Cáncer Gástrico”, la cual busca educar a los colombianos sobre la necesidad de incrementar el consumo de frutas y verduras diariamente, como la mejor manera de contrarrestar este tipo de tumores.*

Bogotá D.C., 1 de junio de 2021. De acuerdo a cifras registradas por la Organización de las Naciones Unidas, en su informe GLOBOCAN 2020, el cáncer gástrico, o de estómago, es el quinto en frecuencia a nivel mundial con 1.089.103 casos nuevos por año. En Colombia, ocupa el primer lugar en mortalidad con 6.451 muertes, y su diagnóstico es más frecuente en los hombres que en las mujeres. Esto se ha relacionado con el diagnóstico tardío de la enfermedad debido a que sus síntomas no se reconocen con facilidad en sus primeras etapas, incluso se confunden con síntomas de otras enfermedades, convirtiéndose en una de las principales problemáticas de salud pública por enfermedades no transmisibles en el país.

Por lo anterior, la Liga Colombiana Contra el Cáncer, a partir del mes de julio, lanza su campaña “Vitaminas Contra el Cáncer Gástrico” enfocando su atención en la promoción de la prevención a través de hábitos saludables:

NIT. 860.006.560-0



Cra. 12A No. 77 - 34 . PBX: 744 17 80 Exts. 501 - 505 . Bogotá, D.C.



presidencia@ligacancercolombia.org



www.ligacancercolombia.org

“El cáncer gástrico es silencioso y muy difícil de diagnosticar. Por eso es importante que, desde la educación, hagamos conciencia sobre cómo podemos prevenirlo desde nuestros hogares para que año tras año los números de casos y de muertes, disminuyen. El autocuidado es nuestra responsabilidad y la mejor herramienta para prevenirlo”, aseguró el Dr. Carlos Castro, Director médico de la Liga Colombiana Contra el Cáncer.

Aún no contamos con estrategias de diagnóstico temprano en el país por lo que hasta el momento, una de las formas de enfrentar este problema es a través de la prevención, implementando buenos hábitos como por ejemplo, adoptar una dieta rica en frutas y verduras. Con este propósito la Liga Colombiana Contra el Cáncer desarrolló las primeras Vitaminas contra el cáncer gástrico, una línea de suplementos que, al ser consumidos de manera periódica, contribuyen en la disminución del riesgo de padecer cáncer de estómago. El principio activo de estas maravillosas vitaminas no es otra cosa más que la gran variedad de frutas y verduras disponibles en nuestro país.

DATOS GENERALES DEL CÁNCER GÁSTRICO

El cáncer gástrico, como lo hacen los otros tipos de cáncer, produce células malignas que se reproducen, o crecen, sin control en alguna porción del estómago. Existen factores de riesgo modificables y no modificables que inciden en la aparición de este tipo de cáncer. Los no modificables son aquellos que están relacionados con la edad, es más frecuente en personas mayores de 50 años; el género, el mayor número de casos se presentan en hombres; la etnia, especialmente en grupos hispanos, asiáticos y personas de color; el lugar de origen; en 2020 la mayoría de casos se presentaron en África, el Caribe, Centroamérica y Suramérica; y los antecedentes familiares y personales, personas

NIT. 860.006.560-0



Cra. 12A No. 77 - 34 . PBX: 744 17 80 Exts. 501 - 505 . Bogotá, D.C.



presidencia@ligacancercolombia.org



www.ligacancercolombia.org

que tengan un familiar que haya sufrido de este tipo de cáncer o que tenga antecedentes personales de anemia perniciosa, linfoma de estómago, entre otras.

Por su parte, el Dr. Castro agregó, que los factores de riesgo modificables responden a diferentes estados y hábitos que se pueden cambiar a través de pequeñas acciones diarias *“Algunos de ellos son los hábitos alimenticios, cuando hay un consumo importante de alimentos ahumados, proteínas tratadas con sal, alto consumo de sal y vegetales conservados en vinagre y embutidos; al tabaquismo; al sobrepeso u obesidad; al alcoholismo; y a la presencia de una infección crónica por el Helicobacter Pylori, hay mayor riesgo”*.

Los síntomas del cáncer gástrico son difíciles de identificar en sus etapas iniciales, pues pueden ser leves y ser confundidos con otro tipo de afecciones estomacales como la úlcera o la gastritis. Algunos de los síntomas que presentan los pacientes son ardor en la boca del estómago, sensación de acidez estomacal frecuente, agrieras, falta o disminución del apetito, gastritis, reflujo, pérdida de peso, dolor abdominal persistente, malestar impreciso en el abdomen, sensación de llenura, incluso, después de comer una comida escasa, acidez o indigestión, náusea persistente, vómito frecuente, con o sin sangre, hinchazón abdominal, deposiciones con sangre, de color negro, y anemia con recuento bajo de glóbulos rojos, entre otros.

LA MEJOR MEDICINA ES IMPLEMENTAR HÁBITOS SALUDABLES

A pesar de la inexistencia de una guía de ruta para la prevención, La Liga Colombiana Contra el Cáncer desarrolló una serie de pasos que le ayudarán a prevenirlo:

NIT. 860.006.560-0



Cra. 12A No. 77 - 34 . PBX: 744 17 80 Exts. 501 - 505 . Bogotá, D.C.



presidencia@ligacancercolombia.org



www.ligacancercolombia.org

- Consuma frutas y verduras: El alto consumo de alimentos ricos en antioxidantes como betacarotenos, selenio, vitamina C, polifenoles, vitamina E y flavonoles se relacionan como uno de los principales factores protectores contra el cáncer. Todos ellos se encuentran en las frutas y verduras frescas.
- Evite el consumo de alimentos relacionados con cáncer: Exceso de carnes, pescados ahumados o tratados con sal, el consumo de alimentos con nitritos en su procesamiento, embutidos, y no comer alimentos con sobre cocción o quemados. Disminuir al máximo el consumo de sal.
- Deje el cigarrillo
- Disminuya la ingesta de alcohol
- Haga ejercicio: por lo menos tres veces a la semana.
- Si tiene Helicobacter Pylori, trátelo: realice el tratamiento completo de acuerdo con las indicaciones del médico y acuda a los controles correspondientes.

Finalmente, acudir al especialista regularmente será una de sus aliados en el momento de identificar un posible caso de cáncer gástrico. “El cáncer de estómago es silente. Por eso es muy importante estar atento y, además de ayudarse viviendo mejor, con un buen consumo de frutas y verduras, visitar al especialista. La consulta médica oportuna y la toma de las pruebas de detección temprana pueden salvar vidas”, concluyó la Presidenta de la Liga Colombiana Contra el Cáncer, señora Vilma García de Soto, quien lidera la labor educativa de la institución a través de más de 800 voluntarios.

En el país, las zonas de mayor riesgo para la presentación del cáncer gástrico están concentradas en el Eje Cafetero, Antioquia, Valle del Cauca, Santander y Norte de Santander, Bogotá y Meta.

NIT. 860.006.560-0



Cra. 12A No. 77 - 34 . PBX: 744 17 80 Exts. 501 - 505 . Bogotá, D.C.



presidencia@ligacancercolombia.org



www.ligacancercolombia.org



Durante el mes de julio la Liga estará promoviendo el consumo de frutas y verduras a través de sus Seccionales y Capítulos con la participación de personalidades públicas y presentando información nutricional sobre las vitaminas contra el cáncer en su página web www.ligacancercolombia.org y a través de sus redes sociales @ligacancercolombia

Contacto:

Encargada de Comunicaciones
Diana María Vargas B.
comunicaciones@ligacancercolombia.org
Cel. 3108075477 - 3003425800

NIT. 860.006.560-0



Cra. 12A No. 77 - 34 . PBX: 744 17 80 Exts. 501 - 505 . Bogotá, D.C.



presidencia@ligacancercolombia.org



www.ligacancercolombia.org