

Carne roja "aumenta riesgo de cáncer"

Publicado el: 15-01-2018

Un nuevo estudio concluyó que el consumo de carne roja procesada está asociado con el cáncer intestinal, informaron científicos. La Investigación Europea Prospectiva sobre Cáncer y Nutrición (EPIC por sus siglas en inglés) observó los hábitos alimenticios de más de 500.000 europeos durante más de 10 años. Aquellos que consumían dos porciones de 80 gramos de carne roja cada día tenían 30% más posibilidades de padecer de cáncer intestinal que los que comían menos de una porción por semana.

El estudio de EPIC aparece en la última edición de la publicación Journal of the National Cancer Institute.

Desde que empezó la investigación, 1.330 personas han desarrollado cáncer en los intestinos.

Fibras en la dieta

El estudio también encontró que una dieta baja en fibras aumentaba el riesgo de ese tipo de cáncer.

El consumo de aves no tuvo impacto alguno, pero el riesgo entre las personas que comían una porción o más de pescado cada dos días era menor en cerca de 30% que los que consumían pescado menos de una vez por semana.

La directora de la investigación, Sheila Bingham, de la Unidad MRC Dunn Human Nutrition en Cambridge dijo que "las personas sospechaban desde hace tiempo que los altos niveles de carne roja procesada aumentan el riesgo de cáncer de los intestinos, pero este es uno de los estudios más amplios a nivel mundial y el primero en Europa de este tipo que demuestra una relación tan fuerte".

El cáncer intestinal es el segundo más frecuente después del de pulmón entre los hombres y el de mama entre las mujeres.

La investigación fue financiada por el Medical Research Council Cancer Research UK y la Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer.

Fuente: <https://netsaluti.com>