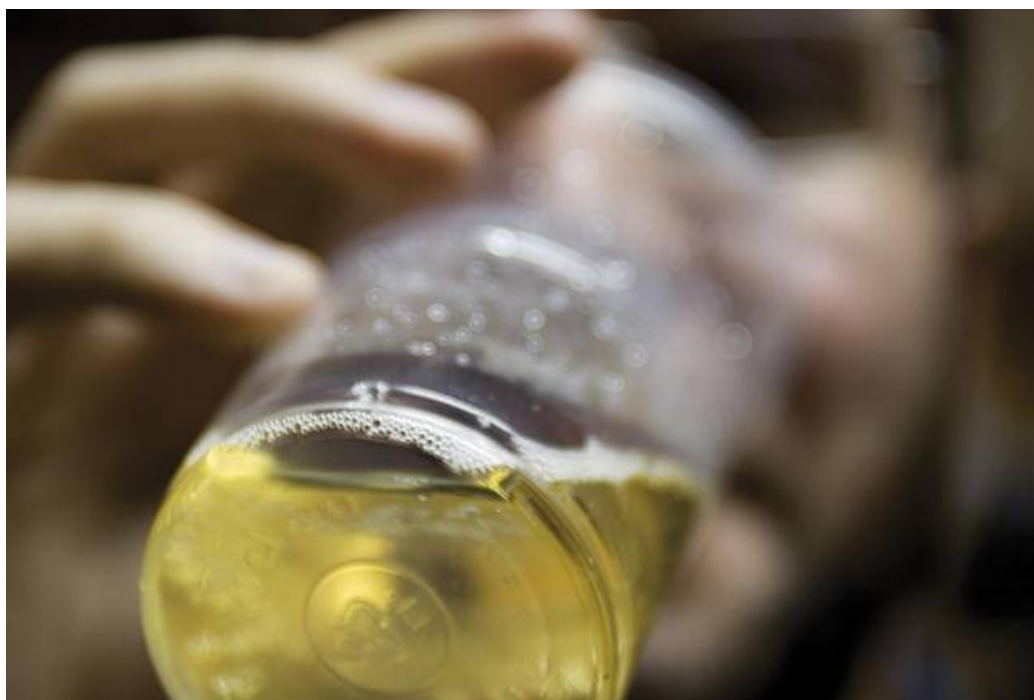


El riesgo de padecer cáncer aumenta con un consumo moderado de alcohol

Consumir grandes cantidades de alcohol está considerado como uno de los factores de riesgo para el desarrollo de cáncer. Sin embargo, investigadores estadounidenses, han descubierto que, en las mujeres, un consumo de 15 gramos de alcohol al día (aproximadamente lo que contiene una copa de vino o una lata de cerveza), aumenta las posibilidades de sufrir esta enfermedad. Para los hombres, el riesgo de cáncer se eleva si toman 30 gramos de alcohol al día y si, además, son fumadores.

SINC

19/8/2015 00:30 CEST



Consumir alcohol, aun siendo de forma moderada, aumenta el riesgo de padecer cáncer. /

A.N./SINC

Hasta ahora se pensaba que tomar una cerveza o una copa de vino al día no tenía consecuencias negativas para la salud. De hecho, algunos estudios apuntan que un consumo moderado de alcohol podía ser beneficioso.

Para los hombres que nunca han fumado, no se incrementaron los casos de cáncer cuando se

consumen estas cantidades de alcohol

Sin embargo, en una investigación publicada en la revista *BMJ*, científicos de distintas instituciones estadounidenses sugieren que tomar al día una copa de vino de 118 ml o una lata de cerveza de 335 ml, en el caso de las mujeres, o dos copas, en el caso de los hombres, se asocia con un riesgo mayor de padecer cáncer.

“Nuestro estudio refuerza las pautas dietéticas en las que se señala que es importante no tomar prácticamente nada de alcohol”, comenta a Sinc Yin Cao, nutricionista de la Universidad de Harvard (EE UU) y líder del estudio.

Los autores han analizado los datos de la dieta, los hábitos y la salud de 88.084 mujeres y de 47.881 hombres voluntarios durante 30 años, según los datos de dos grandes estudios sobre salud en Estados Unidos.

Los científicos sostienen que, para un hombre, sobrepasar 30 gramos de alcohol al día aumenta el riesgo de esta enfermedad pero con un condicionante más, el tabaco.

“Los bebedores tienen más probabilidades de ser fumadores y el tabaquismo es el principal factor de riesgo para todos los tipos de cáncer relacionados con el alcohol”, dice Cao.

A diferencia de esto, según revela el estudio, para los hombres que nunca han fumado, no se incrementaron los casos de cáncer cuando se consumen estas cantidades de alcohol.

Menos cantidad para las mujeres

Las personas con antecedentes familiares de cáncer
“deben considerar abstenerse de tomar cualquier
cantidad de alcohol”

Sin embargo, el consumo de tabaco no influye si una mujer supera los 15 gramos de alcohol al día, ya que “sus posibilidades de padecer cáncer aumentan, en especial el de mama”, comenta la líder del estudio.

Además del tabaco, los autores examinaron otros factores en los voluntarios tales como la raza, el índice de masa corporal o los antecedentes de cáncer en la familia. Precisamente, las personas que cumplen con este último factor, “deben considerar abstenerse de tomar cualquier cantidad de alcohol”,

Estas recomendaciones de los autores llegan después de que, durante el periodo de seguimiento de la investigación, un total de 19.269 y 7.571 cánceres fueran diagnosticados en mujeres y hombres respectivamente.

“Se necesitan más investigaciones para explorar las interacciones entre fumar, beber, la historia médica familiar y el riesgo de padecer cáncer pero, en términos generales, las mujeres no deberían tomar más de una copa al día ni los hombres más de dos”, concluye Yin Cao.

Referencia bibliográfica :

Yin Cao et al. “Light to moderate intake of alcohol, drinking patterns, and risk of cancer: results from two prospective US cohort studies”. *The BMJ*. Doi: 10.1136/bmj.h4238 19 de agosto de 2015.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

CÁNCER | ALCOHOL | TABACO | CONSUMO |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

