UAA invita a la activación física y buena alimentación en este Día Mundial contra el Cáncer

BOLETÍN No. 036 –>>

Estilo de vida de las personas afecta directamente en la adopción de enfermedades crónicas degenerativas como el cáncer.

Cáncer pulmonar es el más letal a comparación de otros, pues al momento de su detección los pacientes tienen una esperanza de vida baja: ARC.

Independientemente de los factores biológicos por los cuales el cáncer aparece, los hábitos y estilo de vida de las personas están directamente relacionado con la aparición de dicho padecimiento, por lo que es necesario promover la activación física y la buena alimentación, así lo comentó en entrevista el jefe de departamento de Medicina de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, Alejandro Rosas Cabral.

Con motivo del Día Mundial contra el Cáncer, mencionó que en México este padecimiento afecta en distintas medidas a las personas en etapas de la vida, por ejemplo, en el caso de la mujeres son más frecuentes el cáncer de mama y el cervicouterino; en los hombres el de próstata; y en los niños, las leucemias. Sin embargo, el cáncer que suele presentarse de manera generalizada es el cáncer pulmonar, mismo que es el más letal a comparación de otros, pues al momento de su detección los pacientes tienen una esperanza de vida baja.

Por otro lado, explicó que actualmente la esperanza de vida ha tenido un incremento, incluso a enfermedades crónicas degenerativas como el cáncer. En ese sentido, el también profesor investigador de la UAA, mencionó que el estilo de vida actual favorece al sedentarismo, la poca o nula actividad física y una mala alimentación, por ello las personas al envejecer desarrollan un sistema inmunológico decadente y se pierde la capacidad de vigilancia ante esta enfermedad.

Rosas Cabral apuntó que otros factores detonantes para padecimientos como el cáncer pulmonar es el consumo excesivo de tabaco, mientras que el alcohol está relacionado con afectaciones hepáticas y con ello la presencia de cáncer en dicho órgano, aunque indicó que una ingesta elevada de alcohol en las mujeres también está asociado al desarrollo de cáncer de mama.

Por otra parte mencionó la importancia de la prevención mediante una alimentación equilibrada, alta en fibra y antioxidantes, evitar el exceso de alimentos procesados o industrializados, practicar alguna actividad física y realizarse un chequeo médico recurrente, pues expresó que hay tipos de cáncer que si son detectados a tiempo o a etapas tempranas son curables. De esta forma los mecanismos de defensa del cuerpo humano ayudarán a disminuir el riesgo de tener un tipo de cáncer y se fortalecerá el sistema inmunológico para que sus funciones sean más efectivas.

Finalmente dijo que la Autónoma de Aguascalientes, a través del Centro de Ciencias de la Salud y de Ciencias Básicas, realiza trabajos de investigación sobre cáncer infantil y nutrición,

alteraciones moleculares en cáncer cervicouterino y papiloma humano, por mencionar algunos ejemplos.



