



Guías de Fundació Alcía sobre cómo alimentarse durante los tratamientos del cáncer

03-02-2016

Con motivo de la celebración del Día Mundial contra el Cáncer (4 de febrero), Fundació Alcía y el ICO (Instituto Catalán de Oncología) presentaron dos nuevas guías de la colección ‘Comer durante el tratamiento del cáncer’ (la segunda y la tercera). El objetivo es facilitar información rigurosa, práctica y comprensible sobre las pautas de alimentación y nutrición a seguir, durante el tratamiento de esta enfermedad.

El pasado 28 de enero Fundació Alcía y el Instituto Catalán de Oncología (ICO) presentaron en Barcelona dos nuevas guías de la colección ‘Comer durante el tratamiento del cáncer’, un proyecto social impulsado por la Fundación Catalunya-La Pedrera.

El objetivo de esta iniciativa es dar pautas sencillas y prácticas para ayudar en la gestión diaria de la alimentación durante el tratamiento de la enfermedad, con recomendaciones específicas para seis tipos distintos de cánceres. La primera de las guías señalaba una serie de recomendaciones generales, mientras que las que acaban de ser presentadas abordan el tema de la alimentación durante el tratamiento del cáncer de mama, una de ellas; y la otra analiza desde un punto de vista científico, las creencias y mitos populares que relacionan el cáncer con la alimentación.

Se trata de publicaciones que facilitan información rigurosa, práctica y comprensible sobre las pautas de alimentación y nutrición a seguir durante el tratamiento del cáncer de mama, por una parte, y el análisis desde un punto de vista científico de las creencias y mitos populares que relacionan el cáncer con la alimentación.

El tratamiento del cáncer ha experimentado avances muy importantes en los últimos años, en los que se ha podido observar también la importancia de la alimentación durante el tratamiento con el fin de preservar un estado nutricional óptimo para hacer frente a las diferentes terapias y estados de la propia enfermedad.

En este sentido, la colección de guías ‘Comer durante el tratamiento del cáncer’ es un proyecto pionero en su ámbito que pretende mejorar la calidad de vida del paciente oncológico, ayudándole a gestionar la alimentación del día a día teniendo presentes todas las limitaciones provocadas por la localización del tumor y los efectos secundarios del tratamiento.

Mitos y creencias sobre la relación entre el cáncer y algunos alimentos

La guía número 2 de la colección *'Comer durante el tratamiento del cáncer'* presenta una lectura crítica de creencias populares sobre el tema. El documento parte de los estudios científicos publicados en los últimos años así como de las declaraciones de los organismos oficiales competentes para analizar la existencia o no de fundamento científico de los mitos alimentarios más extendidos.

El objetivo principal de esta guía es contribuir a resolver la angustia y confusión que genera el exceso de información, no siempre contrastada ni verídica, que existe al respecto. Se recoge información en tres ámbitos diferentes: los alimentos que los enfermos de cáncer eliminan de la dieta durante el tratamiento de la enfermedad fruto de estas creencias (carnes rojas, productos lácteos, azúcar, chocolate, pescado azul, edulcorantes...); los mitos sobre el uso de utensilios y cocciones (envases, microondas, barbacoas...); y las creencias sobre el efecto curativo o beneficioso de algunos alimentos (frutos rojos, té verde, cúrcuma, alimentos ecológicos, suplementos...).

Consejos y recetas específicas para el tratamiento del cáncer de mama

La guía número 3 es la primera publicación que recoge de forma específica recomendaciones dietéticas y culinarias a adoptar de forma ordinaria y durante la aparición de los efectos secundarios más comunes que se derivan de los tratamientos en el cáncer de mama.

Incluye información sobre la interacción de determinados alimentos con los medicamentos que se prescriben durante el tratamiento y un recetario con una treintena de platos diferentes, adaptados a los diferentes efectos que provoca el tratamiento como las náuseas y los vómitos, el estreñimiento, la sequedad de la boca, la mucositis leve y la retención de líquidos o el posible aumento de peso.

Estas dos guías, junto con la primera ('Recomendaciones generales sobre la alimentación durante el tratamiento del cáncer'), conforman los tres volúmenes publicados del total de nueve previstos para la colección. Actualmente, la Fundación Alicia está trabajando en la guía de recomendaciones específicas durante el tratamiento del cáncer de cabeza y cuello.

Día Mundial contra el Cáncer

El día 4 de febrero fue instaurado en el año 2000 como Día Mundial contra el Cáncer con el objetivo de aumentar la concienciación y movilizar a la sociedad para avanzar en la prevención y control de esta enfermedad.

La Unión Internacional contra el Cáncer (UICC) lidera la campaña mundial destinada a erradicar mitos y concepciones erróneas que aún existen sobre el cáncer y hace un llamamiento al compromiso para reducir el impacto que estas enfermedades tienen en la población, tanto a través de medidas de prevención y detección precoz, como de acceso a tratamientos y cuidados eficaces.

El cáncer es una de las principales causas de muerte en España. Uno de cada tres varones y una de cada cuatro mujeres serán diagnosticados de cáncer a lo largo de su vida. Aproximadamente el 40% de los cánceres se podrían evitar.

– Descarga gratuita de las guías:

Nº 1 (castellano): ['Recomendaciones generales sobre la alimentación durante el tratamiento del cáncer'](#).

Nº 1 (català): ['Racomanacons generals sobre l'alimentació durant el tractament del càncer'](#).

Nº 2 (castellano): ['Mitos y creencias sobre la alimentación durante el tratamiento del cáncer'](#).

Nº 2 (català): ['Mites i creences sobre l'alimentació durant el tractament del càncer'](#).

Nº 3 (castellano): ['Recomendaciones dietético-culinarias durante el tratamiento del cáncer de mama'](#).

Nº 3 (català): ['Raccomanacions dieteticoculinàries durant el tractament del càncer de mama'](#).

Noticias Relacionadas

- [Las nuevas guías de la SENC animan a llevar una dieta saludable pero también solidaria](#)
- [Ya os podéis descargar, en su versión castellana, las últimas guías de la ASPCAT](#)
- [Alimentación institucional, una obra que analiza el entorno escolar, geriátrico y hospitalario](#)
- [La SEEN lanza una versión webapp de su 'Manual de endocrinología y nutrición'](#)
- [Mitos y realidades en la alimentación y nutrición de las personas mayores](#)
- [Nutrición y alimentación en el ámbito escolar, una útil herramienta de trabajo](#)
- [La alimentación en los centros educativos, requisitos a cumplir en los menús escolares](#)
- [Guía para la alimentación y nutrición de las personas mayores de Edad & Vida](#)
- [El Libro blanco de la nutrición: estado de situación, recomendaciones y propuestas](#)