

Relacionan la ingesta de carne roja en cantidad excesiva con el cáncer de riñón

(06-10/01/2012) - E.P.

Los resultados del estudio publicado en American Journal of Clinical Nutrition están en sintonía con la dieta que recomienda la Sociedad Americana del Cáncer para prevenir la enfermedad, limitando el consumo de carne roja especialmente la preparada al horno y a la parrilla

El estudio, realizado por el National Cancer Institute de Estados Unidos y basado en el seguimiento de los hábitos alimenticios de aproximadamente 500.000 estadounidenses mayores de 50 años durante nueve años, encontró que los adultos que comían más carne roja que el resto (cerca de 113 gramos diarios) eran más propensos (en un 19 por ciento) de padecer cáncer renal que aquellos que comían menos. Así, del número total estudiado, aproximadamente 180 fueron diagnosticados con este tipo de cáncer.

Asimismo, los investigadores advirtieron de que al consumir carne cocinada a la barbacoa o al 'grill' se ingieren más productos químicos, relacionados con el incremento del riesgo de padecer esta enfermedad.

Para realizar el estudio, los investigadores tomaron en cuenta otros aspectos, a parte de la ingesta de carne, como la edad, el consumo de fruta y verduras, el hábito de fumar y beber, y la situación médica, como la diabetes y la presión sanguínea.

Por su parte, el epidemiólogo de la Universidad Health Science Center in Fort Worth, situada en Texas (EEUU), Mohammed El-Faramawi, ha reconocido que algunas personas que comen mucha carne roja no desarrollan este tipo de cáncer mientras que si lo hacen otras que la ingieren en raras ocasiones.

"La carne roja es una fuente importante de hierro y proteínas", ha señalado Faramawi, así que "no se debe suprimir su consumo", ha aconsejado.