

Un tercio de los cánceres y las muertes asociadas se podrían prevenir si se cambiaran los estilos de vida en nuestro país

A third of cancers and associated deaths could be prevented if lifestyles were changed in our country

Señor Editor,

En la actualidad, el cáncer se ha transformado en una de las principales causas de muerte en varias regiones de Chile, proyectándose para los próximos años un aumento en su prevalencia y mortalidad asociada a esta enfermedad, la cual superará a las enfermedades cardiovasculares¹. Durante el año 2018, se diagnosticaron 53.365 casos de cáncer y se produjeron 28.443 muertes por cáncer en nuestro país, siendo los de mayor incidencia, el cáncer de próstata, estómago y pulmón en hombres y el cáncer de mama, cuello uterino y vesícula biliar en mujeres².

A nivel global se estima que entre un 30 a 50% de todos los cánceres son atribuibles a factores de riesgo (FR) modificables, principalmente aquellos relacionados con los estilos de vida³. Lo cual es preocupante, si se considera que 74% de la población chilena tiene sobrepeso u obesidad, 33% es fumador, 24% es físicamente inactivo, 85% consume menos de 5 porciones de frutas y verduras al día y 12% ingiere niveles elevados de alcohol⁴. La carga de cáncer atribuible a FR modificables (PAF, sigla en inglés de population attributable fraction) se ha estimado en varios países con el fin de establecer prioridades para implementar estrategias de prevención de esta patología, sin embargo, dichas estimaciones se desconocían para la población chilena⁵.

Un reciente estudio realizado por Rezende y cols., que fue publicado en la revista internacional *BMC Cáncer*, reportó la proporción de casos y muertes causadas por 19 tipos de cáncer atribuibles a 6 FR modificables en población chilena, tales como, consumo excesivo de alcohol, índice de masa corporal (IMC) elevado, bajo consumo de frutas y verduras, inactividad física y tabaquismo. Este estudio utilizó datos representativos a nivel nacional sobre exposiciones y ocurrencia de cáncer en Chile en el año 2018⁵.

Los principales resultados de este estudio estiman que cerca de 30% de todos los casos de cáncer (15.097 de 50.320 casos) y 36,3% de todas las muertes por cáncer (10.155 de 28.010 muertes) que ocurrieron en Chile en el año 2018, fueron atribuibles a FR asociados a estilos de vida. Esta proporción fue similar entre hombres (30,7%) y mujeres (29,3%), para los distintos tipos de cáncer estudiados, como para muertes causadas por estos cánceres (39,1% para hombres, 33,1% en mujeres) (Figura 1)⁵.

De los seis FR relacionados con los estilos de vida,

el tabaquismo fue el factor más importante, presente en el 18,3% de todos los casos de cáncer. La proporción fue mayor en hombres (21,9%) que en mujeres (14,6%), lo que refleja una mayor prevalencia de fumadores actuales en varones que en mujeres (33,4% vs 25,8%)⁵.

El IMC elevado (> 25 kg/m²) fue responsable del 8,7% de todos los casos de cáncer (4.394 de 50.320 casos), con una proporción mayor en mujeres (10,4%) que en hombres (7,1%) (Figura 1). El cáncer de útero, riñón y vesícula biliar tuvieron los PAF más altos asociados con IMC elevado en mujeres, mientras que el cáncer de riñón, vesícula biliar e hígado presentaron los mayores PAF asociados a IMC elevado en hombres. El consumo de alcohol y la falta de actividad física fueron la tercera y cuarta causas prevenibles de cáncer, respectivamente, aunque varió según el sexo. Mientras que, el bajo consumo de frutas y verduras y el tabaquismo pasivo, contribuyeron a menos de 2% del riesgo y mortalidad por cáncer en Chile⁵.

La mayor proporción de muertes causadas por cáncer y atribuidas a FR asociados a estilos de vida fueron por cáncer de laringe, pulmón, cavidad oral/faringe, esófago y vejiga, para ambos sexos. Los tipos de cáncer con las muertes atribuibles absolutas más altas fueron cáncer de pulmón (1.895 muertes), estómago (836 muertes) y colorrectal (732 muertes) para los hombres, y cáncer de pulmón (1.361 muertes), colorrectal (608 muertes) y de mama (440 muertes) para las mujeres⁵.

Los autores estimaron que, si en Chile se eliminaran estos 6 FR asociados a estilo de vida, en especial el tabaquismo y el IMC elevado, la prevalencia de 5 tipos de cáncer (cáncer pulmón, laringe, cavidad oral, esófago y vejiga) y las muertes asociadas podrían reducirse a la mitad.

En Chile, la Estrategia nacional de prevención del cáncer 2018-2028 incluye varias líneas estratégicas de acción, entre ellas “promoción, educación y prevención primaria”, donde los FR del estilo de vida son uno de los principales temas propuestos para disminuir el riesgo de cáncer en la población¹. En este sentido, las políticas públicas e intervenciones para reducir el tabaquismo, el IMC alto y el consumo de alcohol son imperativas.

Si bien el Ministerio de Salud de Chile ha propuesto varias líneas de acciones en materia de alimentación y actividad física, estas medidas no han sido suficiente para detener el aumento de la obesidad en nuestra población. Se necesitan más acciones para mejorar la selección de alimentos y la promoción de la actividad física para el control de exceso de peso corporal y, en consecuencia, la prevención del cáncer en la población.

En Chile se han implementado varias políticas para el control del consumo de tabaco, sin embargo, la prevalencia del tabaquismo continúa siendo más

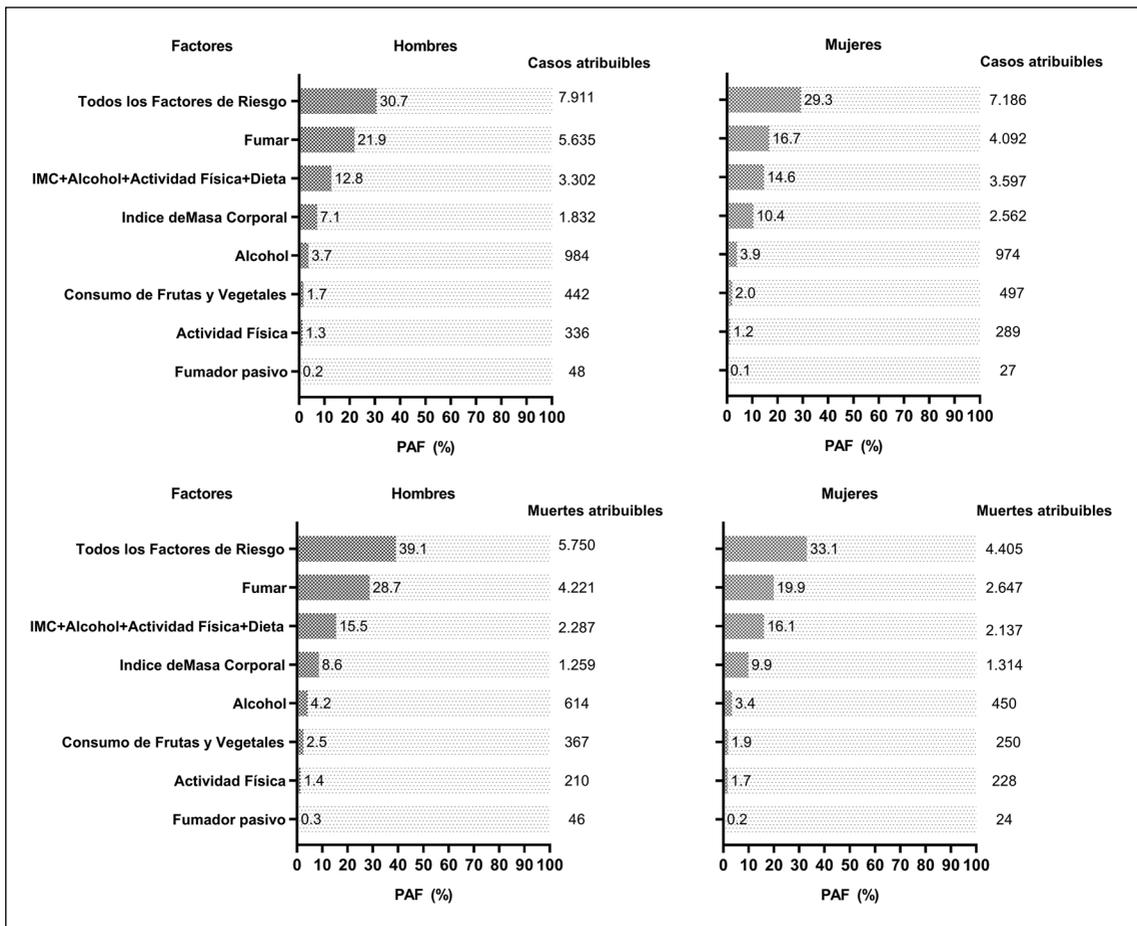


Figura 1. Factores de riesgo atribuibles a cáncer y muertes por cáncer, según sexo en población chilena, año 2018. Adaptado de Rozende y cols.⁵.

alta que en otros países de América Latina⁴. En el año 2018, el consumo medio de alcohol alcanzó los 9,3 L/año per cápita, valor 16% superior al promedio de la Región Latinoamericana⁶. La prevención de los cánceres atribuibles al alcohol depende que la población apoye los esfuerzos políticos para reducir el consumo de alcohol. Además, es esencial promover la conciencia pública sobre los riesgos entre el consumo de alcohol y ciertos sitios de cáncer, ya que, a diferencia del tabaco, la población general no considera al alcohol como un fuerte factor de riesgo para cáncer.

Un tercio de todos los casos de cáncer y el 36% de todas las muertes por cáncer en Chile en 2018 fueron atribuibles a seis FR asociados a estilos de vida. Factores y conductas que con las adecuadas políticas públicas se podrían reducir y así disminuir el preocupante escenario de cáncer en Chile.

Solange Parra-Soto^{1,2,a}, María Adela Martínez-Sanguinetti^{3,b}, Carlos Celis-Morales^{1,2,4,c}.

¹Institute of Health and Wellbeing, University of Glasgow, Glasgow, United Kingdom.

²BHF Glasgow Cardiovascular Research Centre, Institute of Cardiovascular and Medical Sciences, University of Glasgow, Glasgow, United Kingdom.

³Instituto de Farmacia, Facultad de Ciencias, Universidad Austral de Chile. Valdivia, Chile.

⁴Grupo de Estudio en Educación, Actividad Física y Salud (GEEAFyS), Universidad Católica del Maule. Talca, Chile.

^aNutricionista. MSc. en Nutrición y Alimentos, mención Promoción de la Salud.

^bBioquímica. MSc. en Nutrición y Dietética.

^cProfesor de Educación Física, Dr. en Ciencias Cardiovasculares y Biomédicas.

Referencias

1. Ministerio de Salud. Gobierno de Chile. Plan Nacional de Cáncer 2018-2028. 2019.
2. GLOBOCAN. New Global Cancer Data: GLOBOCAN 2018. <https://www.uicc.org/news/new-global-cancer-data-globocan-2018> (2018).
3. Whiteman DC, Wilson LF. The fractions of cancer attributable to modifiable factors: A global review. *Cancer Epidemiol* 2016; 44: 203-21; e-pub ahead of print 2016/07/28; doi 10.1016/j.canep.2016.06.013.
4. Ministerio de Salud. Encuesta Nacional de Salud 2016-2017: primeros resultados. 2017. 2017.
5. Rezende LFM, Murata E, Giannichi B, Tomita LY, Wagner GA, Sánchez ZM, et al. Cancer cases and deaths attributable to lifestyle risk factors in Chile. *Bmc Cancer* 2020; 20(1); doi ARTN 693.10.1186/s12885-020-07187-4.
6. World Health Organization. Global status report on alcohol and health 2018. 2018.

Correspondencia a:
Solange Parra-Soto
Institute of Health and Wellbeing, University of Glasgow, Glasgow,
United Kingdom.
s.parra-soto.1@research.gla.ac.uk