

## NUTRICION EN EL CANCER GASTRICO

Todo cáncer representa un reto para la medicina moderna. A pesar de los avances, los tratamientos suelen ser costosos, poco accesibles, y la prevención, en nuestra realidad, carece de la calidad suficiente para que se haga detección temprana y eficaz. En nuestro país es muy frecuente que cuando se hace el diagnóstico de cáncer gástrico, el paciente ya está en una fase avanzada, por lo que la cirugía radical, que consiste en la extirpación de todo el estómago, no garantiza la curación, y afecta seriamente la calidad de vida. En muchos casos, lo único que la cirugía puede ofrecer es tratar la obstrucción intestinal que el tumor provoca, mediante la colocación de una sonda de alimentación con el objeto de que el paciente logre alimentarse, recibir líquidos y medicamentos.

La importancia nutricional de este tema abarca todos los ámbitos, desde la prevención, el apoyo nutricional para la cirugía que retira el tumor, la alimentación en casa o durante el tratamiento de quimioterapia o radioterapia. Se sabe, que la obesidad y el elevado consumo de alimentos altos en grasas y azúcares se relaciona a diversos tipos de cáncer. A medida que aumenta nuestra cintura, somos menos capaces de controlar el exceso de energía derivada de las comidas, el hígado se vuelve un depósito de grasa, y hay resistencia generalizada en nuestro cuerpo para el uso adecuado del azúcar en sangre, lo que nos pone en el camino de padecer Diabetes y enfermedades cardíacas. Al mismo tiempo, con este proceso, aumentan sustancias en sangre que son capaces de estimular a aquellas células que vienen predispuestas genéticamente a perder el control en su crecimiento y

multiplicación, por lo que el riesgo de padecer cáncer aumenta. De esta forma, cuando mantenemos un peso correcto, y comemos sanamente, de hecho nos estamos protegiendo, y disminuimos el riesgo de padecer de algún cáncer a lo largo de la vida.

El cáncer gástrico avanzado produce típicamente dolor estomacal, náuseas, vómitos relacionados a las comidas, y poca tolerancia a los alimentos sólidos. Además, se produce pérdida dramática del peso, a expensas de nuestros músculos, y se reduce de forma grave el apetito. En este sentido, la pérdida del 5% de nuestro peso usual en los últimos tres a seis meses es motivo de alarma. Si la pérdida es igual o mayor al 10%, y esta ha sido involuntaria, esto representa grave riesgo nutricional. Esta regla se aplica a cualquier persona, ya que incluso alguien con obesidad con esta pérdida de peso está en alto riesgo.

El objetivo de todos, médicos y familiares, es detectar esta pérdida de peso y combatirla desde muy temprano. Si esto no se hace, la desnutrición puede aumentar varias veces los riesgos y reduce los buenos resultados de la cirugía o la radio-quimioterapia. En el caso de que se necesite de cirugía, hay evidencia fuerte de que si se da apoyo nutricional, ya sea por vía oral o intravenosa, 7 a 10 días antes de la operación, las heridas sanan más rápido, hay menos infecciones, se reduce la pérdida de fuerza muscular, y las complicaciones disminuyen, por lo que los pacientes con apoyo nutricional se van más rápido a su casa que aquellos que no recibieron dicha ayuda. Esto representa ahorros importantes en los gastos hospitalarios. En Norteamérica y Europa las guías oficiales establecen que todo paciente a ser sometido a

cirugía radical de cáncer gástrico o intestinal alto, debería recibir formulas especializadas, de preferencia por vía oral o por sondas. Estas fórmulas contienen antioxidantes, omega 3, nucleótidos, arginina y glutamina; sustancias que son capaces de mejorar nuestras defensas, mejorar la función intestinal, reducir las sustancias inflamatorias producidas por las infecciones y mejorar nuestro metabolismo, entre otras. El mensaje es claro: Prevenir y enfrentar el cáncer, no solo dependerá de medicamentos y tecnología médica. Los alimentos, y los nutrientes utilizados como medicamentos, son ahora la nueva forma de combatir las consecuencias devastadoras de estas enfermedades.

**Dr. José Guillermo Gutiérrez Reyes**

<http://www.medicosdeelsalvador.com/doctor/gutierrez>

[nutricionclinicaes@gmail.com](mailto:nutricionclinicaes@gmail.com)