



Diciembre 2009

### Estudio relaciona consumo de soya con aumento de sobrevivencia de cáncer de seno

En un nuevo estudio publicado en línea de la *Revista de la Asociación Médica Americana JAMA*, <http://jama.ama-assn.org/cgi/content/abstract/302/22/2437> (JAMA. 2009;302(22):2437-2443), los autores concluyen que **"entre las mujeres con cáncer de seno, el consumo de soya fue significativamente vinculado con la disminución del riesgo de muerte y reincidencia."**

Esta conclusión es un mensaje en extremo importante con respecto a la investigación positiva en apoyo al consumo de alimentos derivados de la soya en mujeres con cáncer de seno, y nos sentimos obligados a presentar este reporte científico relacionado a los beneficios potenciales del consumo de soya y la salud de los senos.

Los alimentos de Soya son ricos en isoflavonas, un grupo importante de fitoestrógenos que se piensa pueden reducir el riesgo de cáncer de seno. Muchos estudios han apoyado esta hipótesis, y uno publicado a comienzos de este año, <http://cebp.aacrjournals.org/content/18/4/1050.abstract> (*Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 2009;18(4):1050-9), encontró que el consumo de soya durante la niñez, adolescencia y edad adulta estuvo asociado con disminución del riesgo de cáncer en mujeres Asiáticas Americanas.

Sin embargo, el efecto de similitud de estrógenos de las isoflavonas y el potencial de interacción con el Tamoxifén (una droga usada para la prevención y tratamiento del cáncer de seno) había encendido preocupación acerca del consumo de soya entre los sobrevivientes de cáncer de seno. Solamente investigación limitada a laboratorio y con animales ha asociado altos niveles de fitoestrógenos con el potencial de crecimiento de células de tumores de seno, pero necesitamos extrema precaución antes de generalizar estos resultados a los humanos.

Para valorar los efectos del consumo de soya sobre el cáncer de seno, investigadores de la Universidad de Vanderbilt en Nashville, Tennessee, y el Instituto de Medicina Preventiva en Shanghai, China, colaboraron en este estudio para evaluar la relación del consumo de soya después de diagnosticado el cáncer de seno con la mortalidad total y la reincidencia de cáncer.

La población usada en el estudio fue de 5.033 participantes del Estudio Shanghai de Sobrevivientes de Cáncer del Seno, longitudinal, de un estudio de población basado en 6.299 sobrevivientes en China entre las edades de los 20 y los 75. Estas mujeres fueron diagnosticadas primeramente con cáncer del seno entre Marzo del 2002 y Abril del 2006 y fueron incorporadas al estudio cerca de 6 meses posterior a la diagnosis del cáncer.

Se recogió información sobre el diagnóstico de cáncer y el tratamiento, estilos de vida después del diagnóstico, y progresión de la enfermedad 6 meses después del diagnóstico

y fue nuevamente evaluada en 3 entrevistas de seguimiento conducidas a los 18, 36 y 60 meses después del diagnóstico. Se registró la mortalidad total y reincidencia de cáncer, o muertes relacionadas con el cáncer de seno, y se hicieron ajustes de acuerdo a estilos de vida y el consumo de soya se evaluó como una variable con relación al tiempo de la enfermedad.

Durante los cuatro años de seguimiento, el consumo de soya (medido como proteína de soya o consumo de isoflavonas) fue inversamente asociado con las muertes o la reincidencia. **Aquellos con los niveles mas altos de su consumo tuvieron un 29% de riesgo de muerte reducido y un 32% de riesgo de reincidencia reducido comparado con aquellos que tuvieron el nivel de consumo mas bajo.** La tasa de mortalidad ajustada a 4 años fue de 10.3% para aquellos con el menor consumo y 7.4% para aquellos con el mayor consumo de soya. La tasa de reincidencia dentro de los 4 años fue de 11.2% para las mujeres con menor consumo y 8% para aquellas con los niveles mas altos de consumo de proteína de soya. La proporción inversa fue evidente entre mujeres fuere que tuviesen el factor de recepción de estrógenos positivo o negativo, y fue presente en ambas usuarias o no del Tamoxifén. Entre Americanas, los sujetos pudieran responder diferente a los efectos de la soya comparado a las sobrevivientes en China y el potencial benéfico pudiera no ser el mismo.

Los autores concluyeron que entre las mujeres con cáncer de seno, su consumo fué significativamente asociado con la disminución del riesgo de muerte y reincidencia. Como mencionado anteriormente, este estudio es importante para aclarar la seguridad del consumo de soya en pacientes con cáncer de seno. Los científicos aún tratan de entender todos los efectos hormonales de la soya. Por ejemplo, es posible que la soya actúe como el Tamoxifén, que bloquea los efectos del estrógeno, pero se necesita investigación adicional para confirmar o descartar esta posibilidad.

En adición a los beneficios potenciales a la salud de los senos, la soya es una fuente de nutrición de proteína de alta calidad y una excelente alternativa a las fuentes tradicionales que a menudo están cargadas con calorías excesivas, grasa, grasa saturada y colesterol. De hecho, cuando se considera el rango amplio de investigaciones sobre la soya, la mayoría de datos apoyan fuertemente el valor de esta proteína como parte de una dieta saludable para la salud del corazón, senos, próstata, huesos y manejo de síntomas de la menopausia. De tal manera que nuestra posición ha sido y continúa siendo que: Cuando los alimentos de soya se consumen como parte integral de una dieta saludable, estos son excesivamente seguros, nutritivos y potencialmente benéficos.

Pero como la seguridad debiera ser su preocupación principal y cada individuo es un caso especial, todas las mujeres con historia de cáncer de seno, aquellas con alto riesgo, debieran de discutir con su doctor el uso de la proteína de soya como parte de una dieta saludable.

**Ciencias de la Salud de Shaklee**