

## SAMBA, SUDOR Y LENTEJUELAS EN EL CARNAVAL DE RÍO DE JANEIRO

Calor, ritmo y fantasía derritieron en la madrugada de ayer el Sambódromo de Río de Janeiro en el último desfile de las grandes escuelas de samba del carnaval carioca, dejando un rastro de sudor, plumas y lentejuelas. Más de 70.000 espectadores apiñados en las gradas y el mundo entero a través de la televisión admiraron el mayor espectáculo del mundo, que tuvo como protagonista destacado a Zico, figura de la selección brasileña de fútbol en los años ochenta. Mientras, en las calles, cuatro millones de personas dieron rienda suelta a la imaginación y alegría participando en los llamados 'blocos', los carnavales populares.



**Una dieta con mucha proteína cuadriplica el riesgo de morir de cáncer**

EFE

**WASHINGTON.** Una dieta con mucha carne y quesos puede ser tan dañina como el fumar para una persona de mediana edad, según un estudio que publicó ayer la revista estadounidense 'Cell Metabolism'.

Los investigadores hicieron un seguimiento de la dieta y las condiciones de salud de una amplia muestra de adultos durante dos décadas y encontraron que el consumo continuado y abundante de proteínas animales hace que una persona tenga cuatro veces más probabilidades de morir de cáncer que alguien con una dieta baja en proteínas. El riesgo llega a ser comparable al que corre una persona que fuma.

Las personas de mediana edad que comen mucha proteína de origen animal, incluidas carnes, leche y queso, son más susceptibles a una muerte temprana en general, y no sólo a padecer cáncer. Curiosamente, si bien la ingesta elevada de proteínas puede ser dañina en la mediana edad, después de los 65 años la misma dieta puede hacer que una persona sea menos propensa a las enfermedades.

## Aumenta la incidencia del cáncer de mama en las mujeres jóvenes

Una de cada tres afectadas tiene menos de 50 años, y la tasa va aumentando por el retraso en la maternidad

PEDRO SAN JUAN

**MADRID.** El cáncer de mama en mujeres jóvenes ha experimentado un ligero aumento en los últimos años en España: uno de cada tres casos diagnosticados se da en edades por debajo de los 50 años, cuando las afectadas aún están en fase reproductiva. Las causas de este incremento se atribuyen a los cambios sociales y culturales que se han producido en las últimas décadas.

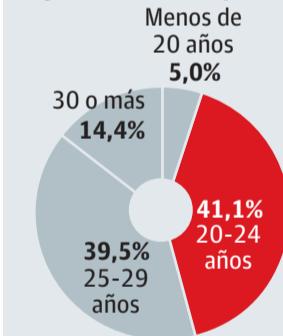
El ritmo de vida actual, modificaciones en la dieta, la renuncia a la maternidad o el retraso en la edad en la que la mujer tiene el primer hijo son algunos de los motivos que explican ese aumento, según recoge el proyecto El Álamo III, el tercero de una serie de estudios realizados por el Grupo Español de Investigación en Cáncer de Mama (Geicam), presentado ayer.

«La edad del primer embarazo es un factor de riesgo importante –señaló la doctora Ana Lluch, jefa de servicio de Hematología y Oncología del Hospital Clínico Universitario de Valencia–, ya que la gestación tiene un efecto de protección frente al cáncer de mama».

El estudio, que recoge datos demográficos y terapéuticos de 10.675 pacientes con cáncer de mama en 35 hospitales durante el periodo 1998-2001 y su evolución hasta el año 2007, destaca el aumento de los casos diagnosticados en fases me-

### Las cifras del cáncer de mama

#### Distribución de pacientes según la edad del primer parto



#### LAS CIFRAS

**87%**

es la tasa actual de supervivencia al cáncer de mama en España, por encima de la media europea.

**26.000**

nuevos casos se diagnostican en España cada año de cáncer de mama, el tumor más frecuente entre la población femenina.

nos avanzadas. Un incremento que, según el doctor Miguel Martín, presidente de Geicam, se debe a dos motivos: la generalización de las mamografías y la mayor concienciación de las mujeres españolas sobre importancia de la prevención.

Precisamente en este punto incidió la expresidenta de la Comuni-



dad de Madrid, Esperanza Aguirre, quien valoró que aumentaran en un 21% las revisiones ordinarias en la región los pocos meses después de que ella misma fuera diagnosticada de cáncer de mama y animara a las ciudadanas a someterse a esas exploraciones.

#### Más casos en fase precoz

El estudio revela que en los últimos diez años el porcentaje de mujeres diagnosticadas con cáncer de mama avanzado (estadio III) ha descendido un 3%, al tiempo que ha aumentado un 15% el número de tumores en fase más precoz (estadio I). Esto, junto con la mejora de las opciones de tratamiento complementario, ha supuesto un incremento de la supervivencia a cinco años del 75 al 87%, una tasa por encima de la media europea y próxima a las de países como Francia o Suecia, según subrayó la doctora Marina Pollán, del Centro Nacional de Epidemiología del Instituto de Salud Carlos III.

El trabajo también revela un incremento en el uso de la radioterapia (11%); de la quimioterapia como tratamiento complementario, y de la hormonoterapia, este último debido a la mayor proporción de pacientes a las que se les han determinado los receptores hormonales.

«Nueve de cada diez mujeres en nuestro país está viva a los cinco años, lo que quiere decir que prácticamente se cura y eso es un mensaje que hay que transmitir a las mujeres que reciben el impacto del primer diagnóstico», explicó Marina Pollán. Cada año se diagnostican en España 26.000 nuevos casos de cáncer de mama, el tumor más frecuente entre la población femenina. Esta investigadora insistió en que la supervivencia tiene mucho que ver con los estadios en los que se diagnostica el cáncer, de tal forma que las recaídas están muy ligadas a cómo estaba de extendido el tumor en el momento de su diagnóstico.

La doctora Lluch explicó que el cáncer de mama no es una enfermedad sino muchas diferentes, «tantas como pacientes tenemos». Según informó, hoy en día se clasifican en subtipos en base a la genómica –distingue a las mujeres que tienen receptores hormonales, las que no tienen (triple negativo) y las que sobreexpresan el HR2-, lo que permite personalizar los tratamientos.

Otro parámetro de calidad que pone de relieve el estudio es el elevado porcentaje de mujeres que se someten a una cirugía conservadora (el 45,8 % de las afectadas), un 25,5 % más que hace diez años. «No se trata solo de curar, sino de dejar a la paciente como estaba», subrayó el doctor Martín.

En el 13 % de los casos de violencia física o sexual vivido por las españolas, el autor de la agresión fue su propia pareja, frente al 22 % de la media de la Unión Europea. En cuanto a los ataques psicológicos por parte de sus parejas, las españolas también se sitúan por debajo de la media comunitaria, con un 33 % de víctimas frente al 43 % de europeas.

**Un 4% de españolas sufrió violencia física o sexual en 2013, la mitad que la media europea**

EUROPA PRESS

**BRUSELAS.** El 22 % de las españolas confiesa haber sufrido alguna vez en su vida un episodio de violencia física o sexual y un 4 % ha sufrido este ataque en el último año, según una encuesta de la Agencia de Derechos Fundamentales de la Unión Europea, que presenta a España entre los países con niveles más bajos de este tipo de violencia.

Los autores del estudio explican que los resultados apuntan a una menor incidencia en los países mediterráneos que en los del norte, pero advierten de que las razones pueden ser diversas, desde una mayor apertura a abordar estos casos en las sociedades más igualitarias hasta un factor cultural que les impida revelarlo.

En el 13 % de los casos de violencia física o sexual vivido por las españolas, el autor de la agresión fue su propia pareja, frente al 22 % de la media de la Unión Europea. En cuanto a los ataques psicológicos por parte de sus parejas, las españolas también se sitúan por debajo de la media comunitaria, con un 33 % de víctimas frente al 43 % de europeas.