



Actualización sobre antecedentes entregados por la OMS respecto al consumo de carne y su relación con el cáncer colorrectal

En relación al estudio de la OMS respecto del potencial cancerígeno de carnes procesadas y fresca, se informa lo siguiente:

1. Antecedentes

Con fecha 26 de octubre de 2015, la Agencia internacional para la Investigación del Cáncer (IARC) perteneciente Organización Mundial de la Salud (OMS), publicó los resultados de una investigación que evaluó la carcinogenicidad del consumo de carne roja y carne procesada. Los resultados indicaron que el consumo de carnes procesadas (como salchichas, salames, tocino, entre otros) es cancerígeno y probablemente la carne roja fresca también lo sea.

La evaluación fue desarrollada por un grupo de trabajo de 22 expertos internacionales independientes en base a más de 800 estudios. A través de meta análisis se evaluó la fuerza de la evidencia científica disponible respecto a la asociación existente entre más de una docena de tipos de cáncer con el consumo de carne roja o procesada en varios países y poblaciones con diversas dietas.

Los resultados de este análisis asociaron el consumo de carne procesada con un pequeño incremento en el riesgo de cáncer, el que generalmente aumentó con la cantidad de carne consumida. Un análisis de los datos de 10 estudios estima que cada porción de 50 gramos de carne procesada consumida diariamente aumenta el riesgo de cáncer colorrectal en aproximadamente un 18%. El mismo estudio señala que el riesgo de cáncer relacionado al consumo de carne roja es más difícil de estimar debido a que la evidencia de su asociación con cáncer no es tan fuerte. Por último se menciona que los datos disponibles no permiten concluir si el riesgo difiere en diferentes grupos de personas (niños, embarazadas, personas enfermas, etc.). El motivo del supuesto incremento del riesgo de cáncer por el consumo de carne roja o procesada, aún no se entiende completamente

Sin embargo la carne puede contener muchos químicos que se forman durante el procesamiento o cocción, por ejemplo compuestos nitrosos e hidrocarburos policíclicos aromáticos, aminas heterocíclicas aromáticas y otros químicos que también se encuentra en otros alimentos y en la contaminación del aire. Algunos de estos químicos son conocidos o sospechosos de ser cancerígenos.

A raíz de estos resultados, la IARC clasificó el consumo de carne roja en el **Grupo 2A, probable cancerígeno humano, lo que significa que existe evidencia limitada de estudios epidemiológicos que muestran una asociación positiva entre el consumo de carne roja y el desarrollo de cáncer colorrectal. El consumo de carnes procesadas, por su parte, fue clasificado en el Grupo 1, cancerígeno para humanos, lo que quiere decir que existe suficiente evidencia de carcinogenicidad en humanos, por lo tanto existe evidencia convincente de que el agente causa cáncer colorrectal.**

A pesar de esta clasificación, que la ubica en el mismo grupo que el tabaco y el asbesto, ello no quiere decir que sean igualmente peligrosas, debido a que en este análisis no se evaluó el nivel de riesgo, no se entregaron antecedentes de exposición ni cuales son los grupos de riesgo. A modo de proporcionar antecedentes que permitan comprender mejor el sentido de esta clasificación, cabe destacar por ejemplo, que existen otros agentes clasificados en este mismo grupo, a los cuales nos encontramos constantemente expuestos, como la radiación solar y la contaminación ambiental, y otros que son ampliamente usados por su utilidad en la medicina, como por ejemplo los anticonceptivos orales (combinación de estrógenos y progesterona), terapia de estrógenos en menopausia, los rayos X, entre otros.

2. Recomendaciones de consumo

En relación a las recomendaciones de consumo, el estudio de la IARC sólo confirmó lo señalado en el informe de 2002 de la OMS titulado “Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases”, en el que se recomienda a la población moderar el consumo de carnes procesadas (salchichas, salame, tocino, jamón, entre otras) para reducir el riesgo de cáncer colorectal.

La OMS enfatizó en un [comunicado posterior](#) (29 de octubre), que en el estudio del IARC no se le pide a la población que deje de comer carnes procesadas, sino que se indica que la **reducción del consumo de estos productos puede disminuir el riesgo de cáncer colorectal. Es importante destacar, que la IARC no realiza recomendaciones de salud, siendo los gobiernos y la OMS los responsables de desarrollar las directrices nutricionales.**

Por su parte, el American Institute for Cancer Research (AICR) y el World Cancer Research Fund (WCRF) recomiendan que para reducir el riesgo de cáncer, no se debe consumir más de 500 gramos a la semana de carne roja y evitar el consumo de carnes procesadas (jamón, tocino, salame, salchichas, etc.).

Otras directrices recomiendan reducir el consumo de carne roja y procesada, pero focalizadas en reducir la ingesta de grasa y sodio, que son factores de riesgo enfermedad cardiovascular y obesidad.

3. Situación en Chile

3.1 Consumo de carne

Según datos de ODEPA, durante el 2014 el consumo de carne de los chilenos llegó hasta los 87,3 kilos per cápita, de los cuales 25 kilos corresponden a carnes rojas.

Por otra parte, de acuerdo a los datos entregados por la Encuesta Nacional de Consumo Alimentario (ENCA) del Ministerio de Salud (MINSAL), **los chilenos consumen 35,6 g/día de carne roja** (alrededor de 250 gramos a la semana) y **26,4 g/día de carnes procesadas** (alrededor de 185 gramos de carne procesada a la semana), lo que **se encuentra por debajo del máximo recomendados por AICR/WCRF (500 gramos a la semana).**

3.1 Prevalencia de cáncer colorectal

Según datos del proyecto GLOCAN, proyecto de la IARC que proporciona acceso a las estimaciones más recientes (2012) de la incidencia, mortalidad y prevalencia de 28 tipos de cáncer en todo el mundo, el **cáncer colorectal es el tercer cáncer más frecuentes en Chile, con una prevalencia estimada de 9,7%**, ubicándose después del cáncer de próstata (18,4%) y el cáncer de mamas (16,1%). **Sin embargo, no existe ningún tipo de antecedente local que pueda relacionar estos datos con el consumo de carne procesada en Chile.**

4. Implicancias

El consumo de carnes rojas, frescas y procesadas, constituye un hábito de consumo profundamente arraigado en la tradición y cultura de muchos pueblos, por lo que el reciente informe de la IARC respecto de la relación entre su consumo y el cáncer causó alarma entre los consumidores y gobiernos.

El informe señala la existencia de una asociación entre el consumo de carnes y el desarrollo de cáncer colorectal, pero no entrega directrices claras respecto de qué significa ello en la práctica para los millones de consumidores en todo el mundo. Tampoco menciona nada respecto de la ingesta diaria recomendada, sobre nivel de riesgo (probabilidad) de desarrollar cáncer por el consumo de estos productos, ni que segmentos de la población serían los más expuestos.

Las conclusiones del informe recomiendan disminuir el consumo de carnes rojas y evitar el consumo de carnes procesadas, lo que se contradice con las recomendaciones de la OMS respecto a que el consumo de proteínas de origen animal, no solo contribuye a una buena alimentación sino que resulta indispensable para una buena salud. Además, menciona en forma débil la principal recomendación de muchos especialistas: mantener una dieta balanceada que incluya, este tipo de productos en porciones y cantidades moderadas.

Respecto a los niveles de riesgo a los que estarían expuestos los consumidores de carnes rojas frescas y procesadas, la propia OMS ha señalado que el informe no lo menciona, ya que no era el objetivo del estudio. Sin embargo, se señala que deben ser los países los que desarrollen sus propias evaluaciones para determinar el riesgo, proceso que requiere de información y recursos suficientes, factor limitante para los países menos desarrollados.

5. Mayor información

- [Resumen de monografía de IARC - The Lancet](#)
- [Comunicado de prensa de IARC](#)
- [Comunicado de prensa de OMS](#)
- [Informe final de Encuesta Nacional de Consumo Alimentario \(ENCA\) - MINSAL](#)
- [Boletín de la carne bovina – ODEPA](#)
- [Proyecto Globocan](#)
- [Recomendaciones para prevenir el cancer - American Institute for Cancer Research](#)

