



ESPECIAL LOS MEJORES CONSEJOS DE SABER VIVIR

Todos los retos de la lucha contra el cáncer



DR. EUGENIO SANTOS
Catedrático de Microbiología y director del
Centro de Investigación del Cáncer (CIC)

¿El objetivo de la comunidad médica? Hacer del cáncer una enfermedad crónica (y eso cada día está más cerca), pero la prevención también depende de ti

El cáncer se puede abordar desde diferentes perspectivas: la visión de los pacientes, los familiares, los investigadores, la atención primaria, secundaria, sociosanitaria... La realidad es tan compleja que no se agota desde un único punto de vista. El de los científicos que trabajan en un laboratorio se basa en comprender la naturaleza de este conjunto de enfermedades. Gracias a ello se pudo demostrar ya hace treinta años que el origen del cáncer estaba en los genes. Desde entonces se han ido dando pasos pequeños pero continuos y esclare-

cedores: hoy sabemos que aunque todos nacemos con una predisposición genética, cambiar determinados hábitos de vida puede lograr que esos genes no sean los que escriban nuestro futuro.

TODO LO QUE ESTÁ EN TU MANO PARA ALEJAR EL RIESGO

Existen pequeños gestos de la vida cotidiana que ayudan a prevenir el cáncer y que además se encuentran al alcance de cualquier persona. De hecho, la comunidad científica no duda de la efectividad de determinadas pautas de pre-

vención que han sido recogidas y plasmadas en el "Código Europeo Contra el Cáncer".

★ **Conocemos las claves.** Abandonar el tabaco y moderar el alcohol, evitar la obesidad, comer más frutas y verduras, someterse a las pruebas de cribado cuando el médico lo recomiende o alejarse de los tóxicos... son algunas de las sencillas recomendaciones que la Unión Europea considera esenciales para disminuir el riesgo de cáncer.

★ **¿Sigues los consejos?** Muchas veces no se tienen en cuenta esos hábitos saludables porque existe una confusión entre el origen genético de la enfermedad y la herencia y, en realidad, aunque el origen del cáncer esté en los genes eso no significa que la enfermedad

LA SITUACIÓN EN ESPAÑA

¿Por qué hay quien se va a EE. UU. para tratarse?

✚ **En Estados Unidos** se destinan más fondos a la investigación, pero España a día de hoy es un país avanzado en investigación sobre el cáncer: "La atención y asistencia pública de la oncología española tiene una calidad excelen-

te, igual que por ejemplo la de Estados Unidos. La gran diferencia está en los detalles e inmediatez del servicio, pero que no afectan al objetivo último de la asistencia, que es el diagnóstico y tratamiento", opina el Dr. Santos.

✚ **En España** las cifras de incidencia y mortalidad del cáncer van bajando y la supervivencia en personas jóvenes ha mejorado en los últimos años, según datos del Ministerio de Sanidad. El 40% de los casos de cáncer se puede

prevenir y cada vez se curan más. La radioterapia es, junto con la cirugía, el tratamiento más empleado y ahora siete de cada diez pacientes la recibe. Podemos decir que hoy nuestra sanidad es puntera en estos tratamientos.



SE AVANZA...

Terapias a medida en función de la genética

❖ **"Leer" los genes ya es posible.** Hace aproximadamente una década surgieron nuevas herramientas para el estudio masivo de genes y de proteínas (las técnicas de secuenciación masiva), es decir, se logró "leer" los genes de las personas. Progresivamente el empleo de esta herramienta se generalizó en los laboratorios gracias a su gran potencial para la obtención de datos relevantes para la caracterización de los tumores.

❖ **Una técnica cada vez más presente.** El coste de estas tecnologías se ha ido reduciendo a medida que se iba consolidando su empleo en todo el mundo y paulatinamente se generalizará y ampliará su uso en los hospitales, ya que permiten introducir una mejora destacada en el tratamiento del cáncer mediante el desarrollo de las terapias personalizadas. En muchos tipos de cáncer estas terapias personalizadas son una realidad clínica y poco a poco acabarán aplicándose a todos los casos.

Los médicos saben qué es lo que causa el cáncer pero no logran detenerlo. Por ello la investigación coordinada entre hospitales y laboratorios es clave en este sentido

se herede. Así, deberíamos interiorizar que todos podemos hacer algo contra el cáncer.

MIRANDO AL FUTURO CON OPTIMISMO

En lo que se refiere a investigación sobre el cáncer existen todavía muchos retos a corto, medio y largo plazo y aunque es difícil saber cuándo se logrará eliminar y curar definitivamente la enfermedad (mediante la aplicación de terapia génica que permita sustituir el gen

dañado por otro "sano"), se está avanzando. Se camina en positivo incluso cuando se constata en los laboratorios que determinadas hipótesis no son válidas ya que así se confirman vías por las que no conviene seguir investigando. Hoy en día se ha conseguido algo importante: coordinar y entrelazar las investigaciones que se hacen en laboratorios y hospitales. Eso permite caminar juntos con un único objetivo: conseguir convertir el cáncer en una enfermedad crónica.

LO QUE VENDRÁ

Vacunas contra el cáncer. Los investigadores sueñan con una vacuna que logre reforzar el sistema inmune para que sea el propio organismo el que consiga "atacar" las células tumorales. Esta línea de investigación es todavía prematura: solo se han logrado dos vacunas que retrasarían unos meses la aparición de recaídas en ciertos casos

