

## El riesgo de cáncer de piel en las mujeres puede estar asociado con una alta carga glucémica

Un nuevo estudio publicado en el [British Journal of Nutrition](#) analiza la relación entre la ingesta dietética y el riesgo de cáncer de piel.

El melanoma cutáneo es una forma rara de cáncer de piel pero representa la mayor cantidad de muertes por cáncer de piel, debido a su naturaleza agresiva. El exceso de exposición a la radiación UV es uno de los factores que contribuyen al melanoma cutáneo. Se trata de lesiones descoloridas, que surgen de las células de la piel que producen la pigmentación de la piel de melanina.

Se ha sugerido que los factores dietéticos contribuyen a un mayor riesgo de adquirir el melanoma cutáneo en las mujeres, pero es específicamente la carga glucémica en lugar del índice glucémico de lo que se debe preocupar.

La carga glucémica (CG) es la cantidad total de azúcar absorbida por el cuerpo, mientras que el índice glucémico (IG) es la tasa a la que se absorbe el azúcar, y juntos afectan posteriormente la cantidad y la tasa de insulina liberada, respectivamente.

En un reciente estudio clínico, publicado en la [British Journal of Nutrition](#), se encontró que la incidencia del melanoma cutáneo estaba relacionada con el aumento de la carga glucémica en las mujeres. Sin embargo, no hubo asociación entre los hombres. Un total de 380 casos y 719 controles participaron en el estudio, entre 2005 y 2006. Los sujetos se encontraban en el norte de Italia. Todos los casos eran de pacientes recién diagnosticados de melanoma cutáneo maligno, habiéndose sometido únicamente a un tratamiento quirúrgico. Los casos y controles fueron sometidos a un cuestionario muy detallado llamado [Food Frequency Questionnaire](#) (FFQ) que cuantificó la cantidad de alimentos que consumieron durante un año. Esto se comparó con las tablas estándar de índices glucémicos para calcular su índice glicémico promedio de la dieta y la carga glucémica. También se obtuvieron datos demográficos, [IMC](#), historia de quemaduras, reacción a la exposición solar y color del cabello, los ojos y la piel. Los sujetos se clasificaron según sexo y se realizaron análisis estadísticos.

Los resultados mostraron que un aumento en la carga glucémica aumentó el riesgo de melanoma cutáneo entre las mujeres. Sin embargo, no hubo asociación con los hombres. Además, se encontró que el índice glucémico no tenía asociación positiva con el melanoma tanto en hombres como en mujeres.

El FFQ fue diseñado especialmente para evaluar la ingesta total de carbohidratos y energía, y no para estimar IG y CG. Además, el IG y CG reflejan los efectos glucémicos producidos por los

**Foromed**

Salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

---

alimentos individuales en lugar de la producida a partir de platos mezclados con diferentes métodos de cocción. Debido a estas limitaciones y posibles factores de confusión, la relación entre la carga glucémica y el riesgo de melanoma cutáneo no puede ser probada definitivamente.

Sin embargo, aún no se ha encontrado la forma en que la carga glucémica predispone al riesgo de melanoma cutáneo y por qué afecta particularmente a las mujeres.