

## NOTA DE PRENSA

### **Pacientes con cáncer de páncreas cocinan junto a médicos y chefs para mejorar su calidad de vida**

- 80 personas con cáncer de páncreas y familiares participan en una jornada de alimentación y nutrición para mejorar su calidad de vida
- Una correcta alimentación que permita mantener un adecuado estado nutricional ayuda a tolerar mejor los efectos secundarios de los tratamientos
- Cada año, cerca de 6.500 personas son diagnosticadas en España. El cáncer de páncreas es el octavo en incidencia y la cuarta causa de muerte por cáncer.

**Madrid, 31 de enero de 2017**

El espacio *Kitchen Club* de Madrid fue ayer por la tarde el escenario elegido para el desarrollo de la jornada para pacientes y familiares: “La alimentación sí importa en cáncer de páncreas”, donde profesionales sanitarios y cocineros pusieron en conocimiento de los asistentes, estrategias y hábitos de alimentación saludables que buscan mejorar la calidad de vida de estos pacientes. Esta es la tercera jornada que se celebra en el marco de esta iniciativa, en el 2016 se realizaron jornadas en Barcelona y Sevilla, y a lo largo del 2017 se prevé celebrarlas en otras ciudades de España.

La iniciativa está impulsada por la Asociación Cáncer de Páncreas (ACANPAN) y Fundación MÁS QUE IDEAS, en esta ocasión cuenta con la colaboración de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y el Consejo General de Dietistas-Nutricionistas de España (CGD-NE)), y con el patrocinio de Celgene.

Cristina Sandín, presidenta de ACANPAN nos explica el motivo de estas jornadas. “*Los pacientes de cáncer de páncreas añaden a los problemas propios de la enfermedad y de su tratamiento la impotencia y el desconcierto que les causa no poderse alimentar normalmente, existe un gran desconocimiento de las pautas a seguir y una insuficiente información especializada. Las personas con cáncer de páncreas tienen una gran necesidad de información sobre alimentación y nutrición y es por eso que desarrollamos estas jornadas, en un entorno fuera del hospitalario, que les ayude a alimentarse y a nutrirse mejor*”.



## **Cáncer de páncreas: alimentación y calidad de vida. Guía para pacientes y familiares**

La jornada divulgativa surge tras la publicación en el mes de noviembre de 2015 de “Cáncer de páncreas: alimentación y calidad de vida. Guía para pacientes y familiares”. El manual, editado por **Fundación MÁS QUE IDEAS** y la **Asociación de Cáncer de Páncreas (ACANPAN)** se ha convertido en todo un referente en este campo, ya que tal y como ha señalado Teresa Terrén, cofundadora de la Fundación: *“Hay mucha bibliografía en torno al cáncer de páncreas, pero hasta la fecha no había ninguna publicación dirigida al paciente que abordase las problemáticas nutricionales, físicas, emocionales y sociales específicas que presentan las personas con cáncer de páncreas, por lo que era necesario un libro como este”*.

### **Mejorar la salud y calidad de vida de los pacientes**

El cáncer de páncreas es una enfermedad que causa diversas complicaciones que afectan el estado general del paciente. A los efectos secundarios propios de los tratamientos, le acompañan síntomas que aparecen en el momento del diagnóstico y que dificultan la actividad alimenticia. Por ello, es fundamental incorporar una alimentación adaptada a cada persona y a cada etapa de la enfermedad para mantener un buen estado nutricional, e incorporar hábitos saludables que mejoren su salud y calidad de vida.

Carmen Guillén, oncóloga médico del Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid, ha destacado en la primera de las ponencias de esta tarde, titulada *Cáncer de páncreas. ¿Qué es y cómo se trata?* que *“los síntomas más frecuentes son el cansancio, la disminución del apetito, la pérdida de peso, el dolor lumbar y abdominal y la aparición de un tinte amarillento de la piel (ictericia), que se acompaña de orinas oscuras (coluria) y heces blanquecinas (acolia)”*.

### **¿Por qué el cáncer de páncreas afecta al estado nutricional del paciente?**

Tras la exposición de Guillén, la jornada ha continuado con la segunda de las ponencias, *¿Por qué afecta a mi estado nutricional y qué puedo hacer?*, en la que han intervenido Rocío Campos, endocrinóloga del Hospital Universitario de Puerta de Hierro de Madrid, y Mar Navarro, Presidenta del Colegio de Dietistas-Nutricionistas de Castilla-La Mancha y miembro de la Academia Española de Nutrición y Dietética.

En esta sesión, Campos ha señalado que una correcta alimentación que permita mantener un adecuado estado nutricional ayuda a tolerar mejor los efectos secundarios de los tratamientos y tiene un efecto positivo sobre el pronóstico de la enfermedad. Destacando que *“en personas con cáncer de páncreas es importante detectar y tratar precozmente aquellos síntomas derivados de la propia enfermedad o de su tratamiento que puedan influir negativamente en el estado nutricional, la calidad de vida y el pronóstico. Se debe vigilar el estado nutricional desde el diagnóstico y a lo largo de la enfermedad, ya que el éxito de la intervención será mayor cuanto antes se instaure el soporte nutricional, siendo más difícil cuanto mayor sea el grado de desnutrición”*.

Para evitar y tratar la desnutrición, Campos incide en que se deben abordar todos los aspectos que puedan influir en el estado nutricional: aspectos psicológicos, síntomas que interfieren con la ingesta (anorexia, dolor, náuseas, vómitos etc.), aparición de diabetes, presencia de insuficiencia pancreática exocrina, junto con un adecuado consejo dietético.

Por tanto, resulta fundamental ofrecer a los pacientes información y recomendaciones prácticas sobre alimentación para su día a día. Navarro ha destacado que *“generalmente se toleran mejor las comidas de fácil digestión (coccciones suaves, baja en grasa, sin picantes...) y de pequeño volumen, por lo que se aconseja hacer entre 5-6 ingestas diarias; con una cantidad moderada de grasa, con proteínas de buena calidad, rica en vitaminas y minerales y mantener una buena hidratación (sobre todo en presencia de diarreas). Aunque no esté directamente relacionado con la alimentación es importante que el paciente realice algo de actividad física, aunque sea dar pequeños paseos, ya que esto ayudará a mejorar el apetito y reducir la fatiga.”*

### **Cocinando con el Chef**

Tras la segunda sesión, tres chefs de la Escuela *Kitchen Club* han elaborado, junto con los pacientes y familiares, varias recetas saludables para el día a día pensando en las necesidades específicas de las personas con cáncer de páncreas. Ya no es solo evitar la alteración intensa del estado nutricional del paciente lo que interfiere al final en su calidad de vida, si no que se hace necesario conocer formas ricas y sanas de preparar las comidas de forma que sean apetecibles para estos pacientes.

Así, los cocineros han elaborado junto con los numerosos asistentes un menú consistente en una ensalada de pollo y yogurt; crema de champiñones, huevo pochado y lascas de jamón y corvina en puré de guisantes.

### **Una mirada al horizonte**

La incidencia del cáncer de páncreas en España es de unos 6.500 casos nuevos al año. Se trata del octavo en incidencia y la cuarta causa de muerte por cáncer. Para el año 2030 se prevé un aumento de su incidencia superior al 50%.

En los últimos años estamos presenciando el desarrollo de nuevos fármacos en el cáncer de páncreas que ofrecen la posibilidad de mejoría del tratamiento actual, pero todavía hay mucho trabajo por hacer y muchos objetivos que conquistar. En ese sentido, la Asociación de cáncer de Páncreas (ACANPAN), señala como retos más apremiantes: conseguir mayor inversión en investigación, del diagnóstico y del tratamiento del tumor, que las instituciones consideren al cáncer de páncreas como una urgencia sanitaria y obtener un registro de tumores y un banco de muestras de pacientes con cáncer de páncreas (sangre y tumores) para conocer en profundidad su biología, y diseñar así nuevos fármacos y estrategias terapéuticas más eficaces. Y concretamente en la alimentación, que a todos los pacientes se les dé apoyo nutricional y tratamiento coordinado con los oncólogos, que haya un consenso sobre cómo deben alimentarse los pacientes; en qué dosis y cuándo deben tomar enzimas pancreáticas artificiales,



qué alimentos son los más adecuados y cuáles perjudican, que se investigue para que el paciente pueda asimilar mejor los nutrientes.

Mientras se van alcanzando todos estos retos, la información directa a pacientes y familiares a través de jornadas y guías como esta, suponen un punto de apoyo, seguridad y confianza para las personas con esta patología.

### **Descarga de la guía**

Los interesados en conseguir “Cáncer de páncreas: alimentación y calidad de vida. Guía para pacientes y familiares”, pueden solicitarla a la Asociación de Cáncer de Páncreas, a la Fundación MÁS QUE IDEAS o descargársela de manera gratuita en los siguientes enlaces:

[www.asociacioncancerdepancreas.org/informacion/nutricion/guia-alimentacion-y-calidad-de-vida/](http://www.asociacioncancerdepancreas.org/informacion/nutricion/guia-alimentacion-y-calidad-de-vida/)

<http://fundacionmasqueideas.org/portfolio/cancer-de-pancreas/>

---

### **Asociación Cáncer de Páncreas (ACANPAN)**

La Asociación Cáncer de Páncreas (ACANPAN) es la primera asociación española dedicada exclusivamente a esta enfermedad. Nació de la experiencia de dos pacientes en tratamiento por este cáncer y de su empeño por conseguir que el diagnóstico de esta enfermedad deje de ser una sentencia y se convierta en una batalla por la vida.

Nuestros objetivos principales son: generar conocimiento y concienciación sobre esta enfermedad y conseguir mayor inversión para la investigación de este tumor debido a la firme creencia de que están íntimamente relacionadas: mayor inversión, mayor supervivencia. Promover iniciativas que hagan realidad un plan de detección precoz y apoyar a pacientes y familiares en su día a día. La pérdida de peso y la desnutrición que sufren los pacientes de cáncer de páncreas son uno de nuestros caballos de batalla y por eso realizamos iniciativas que les ayuden a su mejor nutrición como son estas jornadas.

[www.asociacioncancerdepancreas.org](http://www.asociacioncancerdepancreas.org)

### **Fundación MÁS QUE IDEAS**

La sociedad en general, y los pacientes en particular, demandamos una actuación global, coordinada y sostenible en el ámbito de la salud. Bajo esta premisa nace el 10 de julio de 2014 la Fundación MÁS QUE IDEAS, organización independiente y sin ánimo de lucro, con clara vocación por las personas que conviven con una enfermedad y convencida de los beneficios del trabajo en red.

Tres son las claves de nuestro trabajo: ilusión, compromiso y transparencia. Con ese espíritu promovemos proyectos horizontales, creativos, sostenibles, éticos y rigurosos en colaboración con los diferentes agentes sociosanitarios. Creemos que, solo así lograremos promover un cambio en el sector basado en la innovación y la cooperación, y que esté orientado al propósito que a todos nos une: mejorar la calidad de vida de los pacientes y su entorno.

Para ello, la fundación trabaja en cuatro líneas prioritarias de actuación: punto de encuentro, formación, acción social e investigación social.

[www.fundacionmasqueideas.org](http://www.fundacionmasqueideas.org)

Para más información:

Comunicación: Fundación MÁS QUE IDEAS

Asociación Cáncer de Páncreas

Natalia Bermúdez Telf.: 667 60 33 53

Cristina Sandín (Presidenta): Tlf.: 696 48 59 04

[lacomunicacionde@fundacionmasqueideas.org](mailto:lacomunicacionde@fundacionmasqueideas.org)

[cristina@asociacioncancerdepancreas.org](mailto:cristina@asociacioncancerdepancreas.org)