

# La vitamina C reduce el riesgo de muerte por enfermedades cardiovasculares y cáncer

**E**L ácido ascórbico (vitamina C) tiene un efecto protector sobre algunas enfermedades crónicas, sin embargo, los estudios realizados hasta ahora sobre el ácido ascórbico y enfermedades cardiovasculares o cáncer, no son suficientemente consistentes. Un grupo de investigadores en Gran Bretaña, por medio del EPIC-Norfolk, un estudio prospectivo, han relacionado los niveles plasmáticos de ácido ascórbico con la mortalidad por todas las causas, por enfermedad cardiovascular, isquemia cardíaca y cáncer.

El Dr. Khaw, del Cambridge School of Clinical Medicine, y otros colaboradores examinaron durante cuatro años los niveles plasmáticos de vitamina C y la mortalidad por las causas antes citadas en casi veinte mil hombres y mujeres de edades entre 45 y 79 años.

Según publica la revista *The Lancet* (*Lancet* 2001; 357: 657-63), los participantes en dicho estudio completaron un cuestionario sobre su salud y estilo de vida, siendo posteriormente examinados en una visita médica y clasificados por sexo, en quintiles según las concentraciones de ácido ascórbico en plasma.

Los resultados obtenidos por los autores muestran una relación inversa entre la concentración plasmática de ácido ascórbico y la mortalidad por todas las causas, por enfermedad cardiovascular y por isquemia cardíaca, tanto en hombres como en mujeres. Los mismos datos indicaban que el riesgo de mortalidad en el quintil más alto de ácido ascórbico en plasma era la mitad que el quintil más bajo, siendo además este resultado estadísticamente significativo.

La relación con la mortalidad era continua a lo largo de todo el

conjunto de concentraciones de ácido ascórbico, un aumento de 20 μmol/L en plasma, equivalentes a un incremento de 50 g/día en la ingesta de fruta o verdura, estaba asociado con una reducción en el riesgo de muerte por todas las causas de alrededor del 20 por ciento, según indican los autores, independientemente de la edad, presión sanguínea sistólica, colesterol, tabaco y diabetes.

Los autores también observan que las concentraciones de ácido ascórbico estaban inversamente relacionadas con la mortalidad debida al cáncer, pero esto ocurría sólo en los hombres y no en las mujeres.

Como conclusión a este trabajo, los autores afirman que un pequeño aumento en la ingesta de fruta y verdura de alrededor una porción al día, tiene unas perspectivas muy esperanzadoras en la posible prevención de enfermedades.♦

## Los ultrasonidos permiten predecir la farmacorresistencia de un cáncer

**U**N equipo de científicos británicos ha utilizado los exámenes de ultrasonidos para determinar qué casos de cáncer son más susceptibles de desarrollar resistencia a los fármacos, un hallazgo que permitiría mejorar el tratamiento y el índice de curación de los pacientes.

En comparación con las molestas biopsias, los test de ultrasonidos permiten examinar las fuentes sanguíneas de todo el tumor, y no sólo en una muestra, según explican el doctor Michael Seckl y sus colegas,

del Hospital Hammersmith de Londres.

El nuevo test es menos invasivo y provoca menos dolor que la biopsia, y además se basa en un equipo médico ya disponible en la mayoría de los centros médicos. “Es la primera vez que se utilizan los ultrasonidos como test de pronóstico independiente”, señala Seckl.

Gracias a los test de ultrasonidos, los investigadores pudieron predecir con precisión, antes del inicio del tratamiento, el posterior desarrollo de farmacorresistencia en pacientes.

“El hallazgo de que una técnica tan común puede ayudarnos a combatir el cáncer nos permitirá mejorar el tratamiento y el índice de curación de estos pacientes”, indica Seckl.

Seckl probó su nuevo enfoque en mujeres con una forma rara de cáncer, asociado al embarazo, aunque sostiene que la técnica de ultrasonidos podrá aplicarse a la mayoría de cánceres que afecten a órganos que reciben un importante suministro de sangre, como el de útero, riñón, ovarios o testículos.♦