

## Una dieta equilibrada puede ayudar a prevenir el cáncer de pulmón

FUENTES IMPORTANTES DE:

VITAMINA B6

Datos en microgramos por ración



|                       |     |
|-----------------------|-----|
| Patata asada con piel | 700 |
| Plátano               | 680 |
| Garbanzos             | 570 |
| Pechuga de pollo      | 520 |
| Costilla de cerdo     | 420 |

Dosis diaria recomendada:  
2.000 microgramos

VITAMINA B9 Precursora del ácido fólico



|                   |     |
|-------------------|-----|
| Espinacas cocidas | 100 |
| Espárragos        | 85  |
| Brócoli           | 50  |
| Guisantes         | 50  |
| Aguacate          | 45  |

400 microgramos

VITAMINA B12 Precursora de la metionina



|                  |     |
|------------------|-----|
| Almejas          | 34  |
| Salmón           | 5   |
| Trucha           | 4,2 |
| Carne de ternera | 2,4 |
| Yogur            | 1,4 |

6 microgramos

FUENTE: Institutos Nacionales de la Salud de EE.UU.

LA VANGUARDIA

# Una dieta saludable podría prevenir el cáncer de pulmón

Legumbres, vegetales verdes y pescado parecen reducir el riesgo

JOSEP CORBELLA  
Barcelona

Tener un nivel alto de vitamina B6 (que abunda en legumbres, carnes, pescados y algunas frutas) reduce a la mitad el riesgo de cáncer de pulmón, según el estudio más amplio sobre dieta y cáncer que se ha realizado en el mundo. También aportan una protección adicional la vitamina B9 (o ácido fólico, que se obtiene sobre todo de vegetales de hoja verde) y la metionina (que se obtiene de la vitamina B12, abundante en alimentos de origen animal).

El estudio "aporta las pruebas más sólidas hasta la fecha de que hay una relación entre la dieta y el cáncer de pulmón", explicó ayer en entrevista telefónica Paul Brennan, epidemiólogo de la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer en Lyon (Francia) y coordinador del estudio. Los resultados "pueden ser útiles sobre todo para ex fumadores que siguen teniendo un riesgo alto de cáncer de pulmón".

En el estudio, presentado ayer en la revista médica JAMA, se analizó la sangre de más de 385.000 personas de ocho países europeos. Cinco años después,

899 de ellas -130 en España- habían desarrollado un cáncer de pulmón. Entre las personas que habían tenido niveles de vitamina B6 y de metionina superior a la media en los análisis, la probabilidad de sufrir un cáncer de pulmón se había reducido un 59%.

## LOS RESULTADOS DEL ESTUDIO

Porcentaje de riesgo de cáncer de pulmón a lo largo de la vida del hombre



FUENTE: JAMA

LA VANGUARDIA

Pero Brennan advirtió que no está demostrado que los niveles altos de las vitaminas B6, B9 y B12 sean la causa del menor riesgo de cáncer de pulmón. "Puede que sean la causa, pero no estamos seguros. Las vitaminas del grupo B tienen una actividad compleja y tenemos que investigarlas más a fondo".

Con los datos disponibles hasta ahora, el investigador recomienda a fumadores y ex fumadores "una dieta equilibrada y saludable igual que la que se recomienda al resto de la población". En esta dieta pueden abundar legumbres, cereales integrales, vegetales verdes y pescados, que son alimentos saludables que además pueden reducir el riesgo de cáncer de pulmón.

"Pese a las incógnitas, es una investigación importante", destacó ayer Rafael Rosell, jefe de servicio del Institut Català d'Oncologia (ICO) en el hospital Germans Trias i Pujol y presidente del Grupo Español de Cáncer de Pulmón. "Aporta datos para defender una dieta rica en vegetales verdes, legumbres y pescado. Pero sería prematuro recomendar suplementos de vitaminas para reducir el riesgo de cáncer".

## Las farmacias calculan que perderán 3.000 empleos por los recortes

BARCELONA Redacción

Las farmacias catalanas perderán 3.000 empleos a causa de las medidas de reducción del gasto sanitario adoptadas por el Gobierno, según denunció ayer la Federación de Asociaciones de Farmacias de Catalunya (Fefac).

Entre estas medidas, se prevé una reducción del precio de los genéricos y una reducción de los

márgenes de beneficio en las oficinas de farmacia a partir del 1 de julio. Las medidas de contención del gasto farmacéutico permitirán ahorrar este año 300 millones de euros a la sanidad catalana, informó el jueves la consejera de Salud, Marina Geli, quien manifestó su preocupación por el impacto que la medida iba a tener sobre el sector farmacéutico. La Fefac contestó ayer presen-

tando una campaña con el lema *Recortan tu farmacia, recortan tu salud. Tu farmacia y el servicio sanitario que te prestamos, en peligro*. La federación de farmacéuticos calcula que, si se pierde un puesto de trabajo por oficina de farmacia, el recorte provocará la pérdida de 3.000 empleos en el conjunto de Catalunya. Esta cifra equivale aproximadamente a una cuarta parte de las 11.000 personas que trabajan en oficinas de farmacia.

El secretario general de la patronal Pimec, Antoni Cañete, mostró ayer su apoyo al sector. Según informa Europa Press, Cañete considera que se perjudicará a "un sector estratégico" que aporta un "empleo estable y de calidad".

## PANORAMA

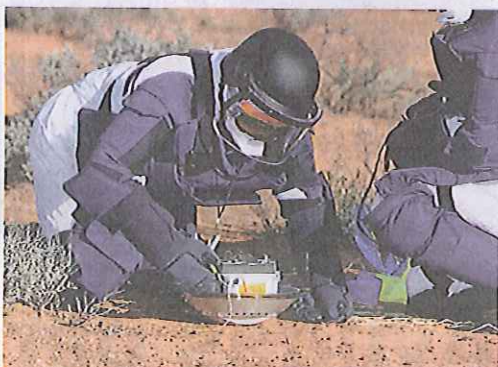
## El fiscal acusa a directivos de la Fundació Puigvert

**TRIBUNALES** ▶ El fiscal ha solicitado cuatro años de prisión por estafa para tres directivos de la Fundació Puigvert, entre los que está Esperanza Martí, actual presidenta del patronato, por facturar 237 litotricias de forma indebida al Servei Català de la Salut, por valor de 356.099 euros. El patronato de la fundación hizo pública ayer una nota donde expresan su convencimiento en la inocencia de los acusados, mientras que la familia del desaparecido urólogo manifestó en un comunicado su "deseo ferviente de reconducir la fundación, limpiar el buen nombre de la familia que lleva la institución y recuperar el prestigio y la credibilidad".

Los acusados, además de Martí, son el antiguo director del servicio de radiodiagnóstico de la Fundació Puigvert y actualmente jubilado, Fernando Izquierdo, y la directora del área de servicios básicos del mismo centro, Helena Isábal. Según el relato de la

Fiscalía, los hechos ocurrieron en el 2003 y 2004, cuando los tres actuaron "de común acuerdo y en perjuicio del Servei Català de la Salut", facturando litotricias diagnosticadas a pacientes "que previamente habían expulsado el cálculo urinario" en el periodo de espera comprendido entre la primera visita al servicio y la fecha prevista para la actuación.

El patronato de la fundación hizo pública una nota al conocerse el escrito del ministerio público, en el que pone de relieve que, en la fecha en que ocurrieron los hechos, la Conselleria de Salut, "después de una exhaustiva investigación, negó la existencia de estafa y de mala praxis clínica". Sin embargo, la familia del doctor Puigvert, creador de la institución y que denunció en su día estas supuestas irregularidades, expresó que desean desvincular la fundación "de las actuaciones de Esperanza Martí". / Redacción



Un técnico recupera la cápsula en el desierto de Australia

## Recuperada la cápsula Hayabusa tras regresar de su viaje al asteroide Itokawa

**ESPACIO** ▶ La cápsula de la nave japonesa Hayabusa resistió con éxito la reentrada en la atmósfera terrestre y fue recuperada el lunes en Woomera, una región desértica del centro de Australia. La cápsula regresó a la Tierra el domingo tras siete años de viaje espacial en que visitó el asteroide Itokawa. Los responsables de la misión confían en que la cápsula lleve en su interior muestras del asteroide que ayuden a comprender mejor el origen y la evolución del sistema solar. / Redacción

## Greenpeace denuncia irregularidades de tres candidatos al cementerio nuclear

**ENERGÍA** ▶ Greenpeace denunció ayer presuntas irregularidades en tres de los municipios candidatos a albergar el almacén centralizado de residuos nucleares (ATC). Según Greenpeace, los ayuntamientos de Santervás de Campos y Melgar de Arriba (Valladolid) han ofrecido terrenos propiedad de concejales o de sus familiares para ubicar el ATC. Y un tercer municipio, Congosto de Valdivia (Palencia), ha presentado candidatura a pesar de que las normas urbanísticas del municipio prohíben "la instala-

ción de residuos tóxicos o peligrosos, o depósitos de residuos radiactivos o nucleares". Para Carlos Bravo, responsable de energía nuclear de Greenpeace, estas irregularidades ponen al descubierto los intereses que se esconden tras los candidatos al ATC por especular con terrenos particulares. En el caso de Congosto de Valdivia, para Bravo supone una ilegalidad manifiesta que deberá sancionarse, ya que el propio Ayuntamiento ha incumplido las normas urbanísticas municipales. / E. Giralte