Gac Sanit. 2026;40(S4):147

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

533 - ADHERENCIA A PATRONES DIETÉTICOS BASADOS EN PLANTAS Y CÁNCERES DIGESTIVOS: REVISIÓN DE LA EVIDENCIA

A. Oncina-Cánovas, I. Comino, L. Cabañas-Alite, V. Mustieles

CIBER Epidemiología y Salud Pública; Instituto de Investigación Sanitaria y Biomédica de Alicante, Universidad Miguel Hernández; Unidad de Epidemiología de la Nutrición, Departamento de Salud Pública, Historia de la Ciencia y Ginecología, Universidad Miguel Hernández; Grupo de investigación en Salud Pública, Universidad de Alicante; Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Miguel de Cervantes; Instituto de Investigación Biosanitaria de Granada; Hospital Universitario Clínico San Cecilio, Servicio de Radiodiagnóstico, Granada.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Los cánceres digestivos se encuentran entre las principales causas de mortalidad a nivel mundial. Aunque su etiología es multifactorial, la dieta se considera un factor de riesgo modificable relevante. El objetivo de esta revisión fue analizar la evidencia existente sobre la asociación entre la adherencia a distintos patrones dietéticos basados en plantas (PBD, por sus siglas en inglés) y el riesgo de los principales tumores digestivos (páncreas, esófago, estómago, hígado y colorrectal).

Métodos: Se realizó una revisión estructurada del alcance de la evidencia siguiendo el marco metodológico de Arksey y O'Malley y las recomendaciones del Joanna Briggs Institute, y se reportó conforme a la guía PRISMA-ScR. Para la búsqueda se utilizaron las bases de datos Pubmed/MEDLINE, EMBASE, Scopus y Web of Science y se seleccionaron solo estudios publicados en los últimos 5 años. Los criterios de selección fueron: estudios observacionales; en inglés o español; cuya variable exposición fuese un PBD; y centrados en el riesgo de alguno de estos tumores digestivos: páncreas, esófago, estómago, hígado o colorrectal.

Resultados: Se identificaron 24 estudios, de los cuales 16 fueron cohortes prospectivas y 8 estudios de casos y controles hospitalarios, realizados mayoritariamente en Estados Unidos. La mayoría evaluó la dieta mediante cuestionarios de frecuencia alimentaria y utilizó índices predefinidos, como el índice de dieta basada en plantas (PDI por sus siglas en inglés) y sus subtipos saludable (hPDI) y no saludable (uPDI), patrones provegetarianos o el patrón EAT-Lancet. En conjunto, una mayor adherencia a los patrones saludables se asoció con un menor riesgo de varios cánceres digestivos, mientras que los patrones indicados como no saludables se relacionaron con un mayor riesgo.

Conclusiones/Recomendaciones: Los resultados de esta revisión sugieren que la calidad de estos patrones dietéticos es un factor clave en el riesgo de tumores digestivos. Los patrones que priorizan alimentos vegetales integrales y mínimamente procesados muestran un efecto protector, mientras que aquellos caracterizados por productos vegetales refinados o ultraprocesados se asocian a un mayor riesgo.

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados