

Diabetes y cáncer

¿Existe relación entre la diabetes mellitus y el cáncer?



En este artículo definiremos qué es el cáncer y la diabetes. Expondremos qué dice la ciencia acerca de si existe relación entre el cáncer y la diabetes. Además, describiremos todos los factores que afectan al desarrollo del cáncer y de la diabetes.

¿Qué es el cáncer?

El cáncer es un conjunto de enfermedades cuya característica principal es la **proliferación descontrolada de las células** de un tejido con capacidad de propagarse a otros tejidos. **Existen más de 50 tipos de cánceres** que se clasifican según el tejido de origen afectado.

¿Qué es la diabetes?

Es un conjunto de **enfermedades metabólicas** que cursan con deficiencias en la secreción o acción de la insulina. Se clasifican en varios tipos, los más importantes para este artículo son la **diabetes mellitus tipo 1**, que [se origina por un ataque autoinmune](#) contra las células productoras de insulina, y la **diabetes mellitus tipo 2**, que

se origina por una resistencia a la insulina o por una producción insuficiente de insulina en las células productoras de insulina. [Descubre todos los tipos de diabetes que existen.](#)

¿Qué tipos de cánceres se ven afectados por la diabetes?

En varios estudios se ha observado que **un grupo importante de personas con diabetes son diagnosticadas con cáncer**. Dichos estudios evidencian que las personas con **diabetes tipo 2 son las que más sufren el cáncer**. Sin embargo, no es evidente que las personas con diabetes tipo 1 sufran con mayor frecuencia de cáncer.

No todos los tipos de cánceres aparecen con la misma frecuencia en personas con diabetes tipo 2. Por ejemplo, se ha observado que las **personas con diabetes tipo 2 tienen 2 o más veces la posibilidad de sufrir cáncer de hígado, páncreas y endometrio**. Y en torno a **1,2-1,5 veces más de posibilidades de sufrir cáncer de colon, recto, mama y vejiga**. Además, existe una relación muy clara entre sufrir cáncer de páncreas y diabetes tipo 2. Con otros tipos de cánceres no se ha visto que exista relación, aunque faltarían más investigaciones. **Es curioso el cáncer de próstata** pues en personas con diabetes mellitus tipo 2 **el riesgo de tener este cáncer es menor** que una persona que no tiene diabetes.

Aún no está claro el por qué la diabetes guarda una relación con estos tipos de cánceres y se necesita más investigación al respecto. El tema que sí está claro es que **el cáncer ataca con más fuerza en las personas con diabetes mellitus tipo 2** con respecto a aquellas personas que no tienen diabetes. Debido a que el azúcar alto ayuda a las células del cáncer a crecer más rápido porque tienen más energía para realizar sus procesos de crecimiento celular.

¿Qué factores de riesgo aumentan la probabilidad de padecer cáncer y diabetes?

Existen factores de riesgo no modificables y modificables que aumentan la posibilidad de tener cáncer y diabetes mellitus tipo 2:

Factores no modificables del cáncer y la diabetes

1. Edad

El **78% de los cánceres se diagnostican en personas mayores de 55 años**. Además, las posibilidades de tener diabetes mellitus tipo 2 aumentan con la edad. Aunque cada vez existen más [casos de diabetes mellitus tipo 2 en los jóvenes](#).

2. Sexo

Existen algunos cánceres específicos según el sexo de la persona. Por ejemplo, en las mujeres es específico el cáncer de útero y cervix. Sin embargo, en el hombre los cánceres específicos son el de testículo y próstata. También algunos cánceres comunes de los 2 sexos pueden afectar más a un género que al otro. Por ejemplo, el cáncer de mama afecta más a mujeres que a hombres. Además, el hombre tiene más posibilidades de tener cáncer y desarrollar diabetes mellitus tipo 2. Descubre [las diferencias de la diabetes en el hombre y la mujer](#).

Factores modificables del cáncer y la diabetes

1. Sobrepeso y obesidad

Sobrepeso se considera cuando tu índice de masa corporal se encuentra entre **25 y 29,9 kg/m²** y **obesidad** cuando es **más de 30 kg/m²**. [Calcula tu índice de masa corporal](#).

Se ha relacionado el sobrepeso y la obesidad con un **mayor riesgo de padecer cáncer de mama, colon, recto, endometrio, páncreas, esófago, riñón, vesícula biliar e hígado**. También el

sobrepeso y obesidad **aumenta el riesgo de padecer diabetes mellitus tipo 2** porque aumenta la resistencia a la insulina.

2. Dieta

La mayoría de estudios han demostrado que una **dieta baja en carnes rojas y procesadas y rica en vegetales, frutas y cereales integrales está asociada con un menor riesgo de padecer cáncer**. Además, también puede proteger de la aparición de la diabetes mellitus tipo 2.

También una **dieta baja en hidratos de carbono con consumo de carne roja y rica en grasa favorece la pérdida de peso y con ello mejora el control de la diabetes**. No obstante, se ha demostrado que una dieta rica en azúcares incrementa el riesgo de padecer diabetes, sin embargo no está claro el riesgo de padecer cáncer. A pesar de estas dudas, se desaconseja tomar comidas azucaradas para evitar el cáncer.

3. Ejercicio físico

Se ha demostrado que **realizar mucha actividad física reduce el riesgo de padecer cáncer de colon, mama y endometrio**. También está demostrado que **realizar 30 minutos al día** de ejercicio físico durante 5 días a la semana **reduce el riesgo de padecer diabetes mellitus tipo 2**.

4. Fumar tabaco

El fumar tabaco está relacionado con el **71%** de los casos de cáncer de tráquea, bronquios y de pulmón. Además, se ha observado que **incrementa el riesgo de cáncer de zonas altas del sistema digestivo, vejiga, riñón, páncreas, leucemia, hígado, estómago y cérvix uterino**. También está demostrado que [fumar tabaco produce diabetes](#).

5. Alcohol

El consumo de alcohol aunque sea moderado **aumenta el riesgo de padecer** cáncer de la cavidad oral, faringe, laringe, esófago, hígado, colon, recto y de mama.

Con respecto a la [diabetes mellitus tipo 2 beber alcohol](#) de forma excesiva aumenta el riesgo de padecerla, sin embargo beber de forma moderada previene su riesgo.

Déjame abajo en los comentarios si has padecido diabetes y cáncer. Tu relato puede ayudar a los demás a salir adelante. Además, **si quieres mantenerte informado sobre diabetes**, síguenos visitando ya que actualizamos el contenido 1 vez por semana y también puedes [registrarte para recibir 1 correo al mes con la información más destacada sobre diabetes.](#)

Puede que te interese leer: "[La problemática de la diabetes en los jóvenes](#)"

Si tienes problemas con la diabetes en tu centro educativo tenemos en venta el libro: "[¿Alumno con diabetes? El manual para profesores](#)".

Síguenos a través de redes sociales: [Youtube](#), [Facebook](#) e [Instagram](#). Puedes ponerte en contacto con el autor a través de info@diabetesaib.com. Y recuerda que esto es Diabetes AIB, tu lugar del conocimiento.

Bibliografía:

Edward Giovannucci, David M. Harlan, Michael C. Archer, Richard M. Bergental, Susan M. Gapstur, Laurela. Habel, Michael Pollak, Judith G. Regensteiner, Douglas Yee. Diabetes and Cancer. Diabetes Care, vol. 33, 7, July 2010.

Este artículo ha sido redactado por Adrián Idoate Bayón para Diabetes AIB con fecha 5 de junio de 2021. Adrián Idoate Bayón es bioquímico por la Universidad de Navarra. Ha realizado varios trabajos de investigación en el tema de la diabetes, transportadores de glucosa y obesidad, presentándolos en congresos internacionales y en artículos de revistas científicas. Tiene publicado el libro: “¿Alumno con diabetes? El manual para profesores”. Además, se dedica al mundo de la divulgación de la diabetes, siendo el fundador de la plataforma Diabetes AIB.