

**Cancer Prevention Study-3** research today for a cancer-free tomorrow

# ESTUDIO DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER-3

## Boletín informativo del verano de 2022



Verano de 2022

### En esta edición

#### Página 2

- Bienvenida al Dr. William Dahut, director científico ejecutivo
- Impacto de la investigación del CPS-3

#### Página 3

- Pautas de nutrición y actividad física para los sobrevivientes de cáncer

#### Página 4

- Sabía usted que...

### Nota de la investigadora principal

Espero que se encuentre bien al momento de recibir este boletín informativo. Los últimos dos años han sido unos de los más difíciles para nosotros, pero me emociona compartir que estamos encaminados hacia una dirección excelente con muchas iniciativas nuevas en el horizonte. Nuestro compromiso para entender las causas del cáncer, encontrar mejores maneras de prevenirlo, y mejorar la vida de los sobrevivientes de cáncer, es más fuerte que nunca. Nuestro trabajo continúa siendo posible únicamente por la dedicación de nuestros participantes en el estudio, y seguimos agradecidos con cada uno de ustedes por hacer posible nuestra investigación que salva vidas.



¡Estos son algunos de los resultados del CPS-3 en 2021-2022 que usted nos ayudó a lograr!

- ▶ Agradecemos a los **150,000** participantes del CPS-3 que contestaron la encuesta de seguimiento de 2021. Apreciamos verdaderamente su compromiso continuo al proporcionar sus datos para que podamos realizar investigaciones que ayudan a salvar más vidas. Si aún no finaliza la encuesta de seguimiento de 2021, todavía puede enviar la encuesta impresa por correo postal.
- ▶ Hemos integrado a **54,000 participantes** en nuestro nuevo portal para los participantes del CPS-3, y continuamos ampliando este esfuerzo. Esta ha sido una manera estrepandosa de aumentar nuestra interacción con los participantes del estudio.
- ▶ Hasta ahora, hemos recopilado datos electrónicos de actividad física de más de **15,000** participantes, y vamos en el camino correcto para lograr nuestra meta de 20,000 participantes en el próximo año. Continuaremos invitando a nuestros participantes al subestudio de acelerometría, que proporcionará datos importantes relacionados con la actividad física y el tiempo que se permanece sentado.
- ▶ Después de la recopilación satisfactoria de más de **3,000** muestras de heces de nuestros participantes del CPS-3 en 2021, estamos ampliando nuestros esfuerzos con la meta de recopilar muestras pareadas de saliva y heces de al menos 10,000 participantes. El subestudio del microbioma intestinal y oral nos ayudará a entender los dos microbiomas de mayor tamaño en el cuerpo humano, y la manera en que la composición de bacterias y otros microbios afectan su riesgo de cáncer.
- ▶ Tomando como base lo que hemos aprendido sobre la importancia de la actividad física antes y después de un diagnóstico de cáncer, recientemente lanzamos nuestro estudio de intervención Salud y energía con una vida activa todos los días (*Health and Energy through Active Living Every Day, HEALED*), con duración de un año, que se concentra en ayudar a los sobrevivientes de cáncer a ser físicamente más activos.

Continuamos logrando un progreso extraordinario en la lucha contra el cáncer gracias a una mejor prevención, detección temprana y mejores tratamientos contra el cáncer. Aunque celebramos el

progreso logrado, aún nos falta mucho por hacer. Muchas gracias por todo lo que ha hecho y continúa haciendo junto con la Sociedad Americana Contra El Cáncer™ en la lucha contra esta enfermedad.

Atentamente,

Alpa V. Patel, PhD | investigadora principal, CPS-3

# Demos la bienvenida al Dr. William Dahut, director científico ejecutivo

La Sociedad Americana Contra El Cáncer (American Cancer Society, ACS) se complace en dar la bienvenida al **Dr. William L. Dahut, MD**, como su nuevo director científico ejecutivo. En este cargo, el Dr. Dahut dirige el esfuerzo de descubrimiento de la ACS, supervisando la dirección estratégica de las investigaciones intra y extramuros, como la ciencia de vigilancia y equidad en salud, la ciencia de poblaciones, las pautas de detección de cáncer y la ciencia de descubrimientos extramuros.

En esta función de importancia crítica, el Dr. Dahut será la voz científica de la Sociedad Americana Contra El Cáncer, asesorando cargos clave de descubrimiento y guiando los esfuerzos para mejorar y enfocar el programa de investigación de la Sociedad, concentrando las prioridades en donde puedan ser más eficaces, y colaborando con socios y partidarios clave para fomentar el progreso.

El Dr. Dahut es un médico-investigador de fama internacional, conocido por su liderazgo considerado y determinado en las investigaciones sobre el cáncer. Antes de unirse a la ACS, el Dr. Dahut desempeñó funciones directivas en el Instituto Nacional del Cáncer (National Cancer Institute, NCI) en el que fue director científico de investigaciones clínicas en el Centro de Investigaciones sobre el Cáncer del NCI, director de la sección de investigaciones clínicas sobre el cáncer de próstata, y director clínico del NCI.

Durante toda su carrera profesional, se ha concentrado intensamente en ayudar pacientes con cáncer. Conocido como un incansable campeón de la ciencia clínica, el Dr. Dahut ha liderado tratamientos para el cáncer de próstata y es un reconocido experto en otras áreas, como estudios clínicos e inmunoterapia.

“Hoy es un momento crucial para las investigaciones del cáncer, ya que tenemos disponible más información sobre esta enfermedad que nunca antes. Lo difícil es obtener esa información de las personas con cáncer de todo el espectro del cáncer. La ACS tiene una capacidad única para hacer esto”, dijo el Dr. Dahut. “Como una organización ágil y diversa, la ACS tiene una impresionante producción científica. Estoy agradecido con los participantes del CPS-3 que desempeñan un papel increíblemente importante ayudándonos a entender mejor esta enfermedad, para que podamos salvar más vidas.”



## El impacto del CPS-3 en la investigación sobre el cáncer

A inicios de 2020, la Dra. Alpa Patel asumió el rol de liderazgo en nuestro grupo de investigación *Population Science* (ciencia de la población), trayendo consigo más de 20 años de experiencia en la Sociedad Americana Contra El Cáncer, incluido el desarrollo e implementación del CPS-3. Nuestro grupo *Population Science* se enfoca en las operaciones y análisis de estudios a gran escala (como los Estudios para la prevención del cáncer), evaluación del programa, investigación conductual e intervenciones.

Gracias a los datos valiosos proporcionados por participantes como usted, CPS-3 permite a nuestros investigadores estudiar cómo el estilo de vida así como factores conductuales, genéticos y ambientales afectan su riesgo de cáncer, supervivencia y calidad de vida. Estos datos seguirán facilitando investigación innovativa para ayudar a eliminar el cáncer. Juntos como grupo de investigación, nos comprometemos a usar nuestra experiencia y recursos para lograr un impacto significativo en la salud y bienestar de todos los miembros de nuestra sociedad.

CPS-3 se encuentra en una posición inigualable para ayudar a responder las preguntas urgentes sobre la prevención del cáncer y la supervivencia:



- Gran escala (más de 300,000 participantes)



- Diversidad geográfica, racial/étnica, con participantes de todos los 50 estados, D.C., y Puerto Rico



- Rico repositorio de biospecímenes



- Uso creciente de tecnologías modernas

# Pautas de nutrición y actividad física para los sobrevivientes de cáncer

En la actualidad hay más de 18 millones de sobrevivientes de cáncer en EE. UU., y se espera que esta cifra aumente a 22.1 millones para 2030 debido en parte a los avances en la detección y el tratamiento tempranos del cáncer y al crecimiento y envejecimiento de la población. Muchas personas que han sido diagnosticadas con cáncer tienen preguntas sobre la dieta y la actividad física, y con frecuencia son víctimas del abuso de compañías que ofrecen productos costosos con beneficios para la salud que parece ser “demasiado buenos para ser verdad”. A fin de proporcionar recursos fundamentados a los pacientes y a sus proveedores de atención médica, la Sociedad Americana Contra El Cáncer recientemente publicó una guía actualizada: Guía de nutrición y actividad física para los sobrevivientes de cáncer (*Guideline on Nutrition and Physical Activity for Cancer Survivors*). Para lograr esto, la ACS involucró a un comité de expertos en oncología y supervivencia de cáncer de todo el país para que revisaran la creciente evidencia científica en nutrición, actividad física, peso corporal y uso de alcohol según se relacionan con la recurrencia del cáncer y la supervivencia a largo plazo. Muchos de los estudios que contribuyeron fueron estudios de cohortes prospectivos, como los estudios de prevención del cáncer de la ACS. Esta guía también incluye otros temas de interés para las personas diagnosticadas con cáncer, sus cuidadores y su equipo de atención médica. Como se indica en la guía *Nutrition and Physical Activity Guideline for Cancer Survivors*, la relación entre la actividad física y una dieta saludable, con la salud a largo plazo de los sobrevivientes de cáncer, se ha vuelto cada vez más clara en los últimos años.

El informe declara que la actividad física de manera habitual mejora la probabilidad de supervivencia en el caso de varios tipos comunes de cáncer, como el cáncer de seno, el cáncer colorrectal y el cáncer de próstata, entre otros. Más aún, la actividad física es importante para mantener la masa y la fuerza muscular, así como para mejorar otros síntomas como la ansiedad y para mejorar el sueño. Por lo contrario, la obesidad está asociada a peores resultados a largo plazo entre los pacientes con cáncer de seno, endometrial y de la vejiga. Mientras una dieta “occidental” (rica en carne roja y carne procesada, lácteos con alto contenido de grasas, granos refinados,



papas fritas, dulces y postres) está asociada a peores resultados entre aquellos que han tenido cáncer colorrectal, de seno y de próstata, las pruebas demuestran que una dieta saludable rica en alimentos vegetales, como la dieta mediterránea, está asociada a una mejor supervivencia entre los sobrevivientes de cáncer de seno y de cáncer de próstata. El consumo de alcohol estuvo asociado a una mayor mortalidad entre los sobrevivientes de cáncer de laringe, de faringe, de cabeza y cuello, o de hígado; pero los resultados en otros tipos de cáncer son limitados o inconstantes.

“La buena noticia en este informe es que la dieta y el ejercicio pueden mejorar los resultados entre los sobrevivientes de algunos tipos de cáncer”, dice el Dr. Arif Kamal, nuevo director ejecutivo de atención a los pacientes. “Sin embargo, aún hay mucho que no sabemos, especialmente sobre los tipos de cáncer que son menos comunes o que tienen menores tasas de supervivencia; por esto, la ACS está comprometida a continuar realizando y apoyando las investigaciones en este importante campo.”

Las recomendaciones para mejorar la salud a largo plazo y aumentar las probabilidades de supervivencia incluyen los siguientes pasos:

- Evite la obesidad y mantenga o aumente la masa muscular a través de la dieta y de la actividad física.
- Realice regularmente actividades físicas tomando en cuenta su tipo de cáncer, su salud, las modalidades de tratamiento y los síntomas y efectos secundarios.
- Siga un patrón de alimentación saludable que cubra las necesidades de nutrientes y siga las recomendaciones para evitar enfermedades crónicas.

Si desea más información sobre cómo conservar la salud después de un diagnóstico de cáncer, hable con su equipo de atención médica para preparar un plan de actividades físicas y dieta que sea adecuado para usted. Visite nuestro sitio web para ver más sugerencias.





**Cancer Prevention Study-3** research today for a **cancer-free** tomorrow

Non-Profit  
Organization  
US POSTAGE  
PAID  
American  
Cancer Society

3380 CHASTAIN MEADOWS PARKWAY,  
SUITE 200  
KENNESAW, GA 30144

ADDRESS SERVICE REQUESTED

[cancer.org/es](http://cancer.org/es) | 1.800.227.2345

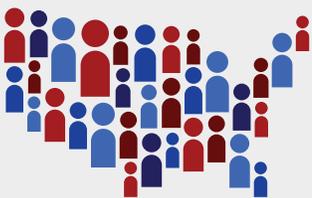


## Investigaciones hoy para un mañana sin cáncer

# ESTUDIO DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER-3

### Sabía usted que ...

- La inscripción a CPS-3 finalizó en diciembre de 2013 con más de 300,000 hombres y mujeres a lo largo y ancho de los Estados Unidos y Puerto Rico.
- Más del 99% de nuestros participantes proporcionaron una muestra de sangre durante su inscripción.
- Los datos del CPS-3 son almacenados de manera segura y confidencial con acceso limitado al personal del estudio, quienes reciben de manera rutinaria capacitación en temas de ética de la investigación biomédica.
- Como participante de CPS-3, cada año usted recibirá un boletín informativo por correo postal con los puntos destacados y novedades del estudio.



### Contáctenos:

Para cualquier asunto relacionado con el CPS-3, como un cambio de domicilio u otra información de contacto, llámenos al **1-888-604-5888** (de lunes a viernes de 9 a.m. a 5 p.m., hora del este) o envíenos un mensaje electrónico a **[cps3@cancer.org](mailto:cps3@cancer.org)**. Todas las consultas se contestarán prontamente.

Estamos disponibles en **[cancer.org/cps3](http://cancer.org/cps3)** y en **[facebook.com/supportCPS3](https://facebook.com/supportCPS3)**.

Si desea la información más reciente sobre el cáncer, ayuda cotidiana y apoyo emocional las 24 horas del día, los siete días de la semana, visite nuestro sitio web, **[cancer.org/es](http://cancer.org/es)** o llámenos al **1-800-227-2345**.

Verano de 2022