NOTA IMPORTANTE:

Debido a la confusión causada entre los términos de dietista, nutricionista y endocrinólogo, queremos aclarar que: los portavoces de esta nota de prensa son médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición (endocrinólogos) y especialistas en Bioquímica Clínica.

Hasta el 80% de los pacientes con cáncer puede sufrir desnutrición: los endocrinólogos piden cribados desde el diagnóstico

- **El mayor desafío es el infradiagnóstico, en fases tempranas, fundamental para el abordaje adecuado del cáncer, ya que es cuando el tratamiento resulta más eficaz.**

- **Los endocrinólogos, referentes de las Unidades de Nutrición Clínica hospitalarias, consideran clave un enfoque multidisciplinar en la atención del paciente oncológico con la colaboración de dietistas-nutricionistas, médicos rehabilitadores y fisioterapeutas. Existe un un elevado volumen asistencial y diferencias entre hospitales a nivel territorial, siendo fundamental mejorar la equidad en el acceso y en el soporte nutricional domiciliario.**

- **El papel del endocrinólogo es esencial en el diagnóstico de la Desnutrición Relacionada con la Enfermedad (DRE), ya que es el responsable de diseñar un plan nutricional individualizado para los pacientes oncológicos en función de sus necesidades.**

Madrid, 29 de enero de 2026.- En el marco del **Día Mundial del cáncer**, que se celebra cada 4 de febrero, y con motivo de su **campaña '12 meses en Endocrinología y Nutrición, 12 pasos hacia la salud'**, la **Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)** incide en la importancia de la prevención de la desnutrición en los pacientes oncológicos, ya que su estado nutricional condiciona la tolerancia a los tratamientos, las posibles complicaciones, así como su supervivencia y su calidad de vida. En este sentido, la **Dra. Ana Isabel Sánchez Marcos, vocal del Comité Gestor del Área de Nutrición de la SEEN**, manifiesta que *"la nutrición es un componente estructural en la terapia oncológica, por lo que debe contemplarse desde el momento del diagnóstico al mismo nivel que la quimioterapia, la radioterapia y la cirugía"*.

El riesgo de desnutrición en los pacientes con cáncer es bastante elevado: entre el 15 y el 40% sufren Desnutrición Relacionada con la Enfermedad (DRE), aunque varía en función del tipo de tumor, estadio y método de evaluación y puede aumentar hasta el 40 y 80% durante el tratamiento de la enfermedad en el caso de los cánceres digestivos, de cabeza y cuello, pulmón y páncreas. Por ello, la Dra. Sánchez Marcos incide en que es esencial *"prevenir y tratar precozmente la desnutrición para mantener la masa muscular, la funcionalidad y la autonomía en los pacientes, lo que es vital para que puedan tolerar y completar sus tratamientos"*. Además, la desnutrición se asocia con una mayor tasa de infecciones, ingresos hospitalarios, peor tolerancia a la quimioterapia

y radioterapia y una mayor mortalidad, especialmente cuando el paciente progresa a una situación de caquexia.

Los cribados desde el diagnóstico, esenciales

Los endocrinólogos consideran fundamental *"no esperar a que el paciente haya perdido mucho peso para actuar, sino realizar cribados de forma sistemática desde el diagnóstico y repetirlos de forma periódica a lo largo del seguimiento para intervenir de forma precoz y evitar la desnutrición, en la medida de lo posible para mejorar la calidad de vida del paciente y su pronóstico"*. En cuanto a los síntomas de la DRE, se encuentran la pérdida de peso involuntaria, especialmente cuando se estima en más de un 5% en menos de 6 meses, anorexia o falta de apetito; saciedad precoz; rechazo a ciertos alimentos; fatiga; debilidad; pérdida de fuerza muscular y dificultad para realizar actividades habituales; cambios en la composición corporal, aunque el peso no varíe sustancialmente como en los casos de sarcopenia (menos músculo y más grasa en reemplazo), así como náuseas, vómitos, diarrea, estreñimiento, mucositis, odinofagia y/o disfagia (dolor y/o dificultad al tragar) que limitan la ingesta.

El médico especialista en Endocrinología y Nutrición tiene las competencias y habilidades para abordar la desnutrición, por lo que su función es esencial en el diagnóstico de la DRE, calcular los requerimientos de energía y nutrientes necesarios y diseñar un plan nutricional individualizado para cada paciente estableciendo cuándo es suficiente llevar a cabo solo modificaciones dietéticas, cuándo son necesarios suplementos orales nutricionales y cuándo se precisa nutrición enteral y/o parenteral. Además, el endocrinólogo coordina el proceso para integrar la nutrición en el plan terapéutico multidisciplinar, en cualquier fase que se pueda encontrar el paciente, desde el diagnóstico a otros periodos del seguimiento incluyendo los cuidados paliativos.

La dieta mediterránea, fundamental para los pacientes oncológicos

Los endocrinólogos remarcan que, en el abordaje del cáncer, es crucial seguir comuna alimentación con suficiente aporte de energía y un patrón de dieta saludable como la mediterránea, rica en proteína de alta calidad biológica, variada en alimentos poco procesados y con las vitaminas y minerales necesarios. La facultativa especifica que comer más no equivale a alimentarse mejor: *"podemos aumentar mucho el volumen de comida con productos energéticos, pero con baja densidad nutricional (proteínas, micronutrientes, fibra) contribuyendo a perpetuar una 'desnutrición oculta' basada en un peso estable, pero con pérdida de músculo y ganancia de grasa"*. Por ello, desde la SEEN consideran fundamental que la población sea consciente de que es necesario mantener el músculo, la fuerza y funcionalidad mediante una alimentación de alta calidad nutricional que se puede alcanzar con los alimentos de la dieta tradicional.

En este sentido, los médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición apuntan una serie de recomendaciones nutricionales que son adecuadas para la mayoría de los pacientes con cáncer, aunque deben personalizarse en función del paciente. Algunos principios comunes son aportar una ingesta energética de al menos 25-35 Kcal/Kg de peso diaria, adaptada en función del Índice de Masa Corporal, y la severidad de la

enfermedad, y fijar un consumo de proteínas de 1-1.5 g/Kg peso/día para preservar la masa muscular, sobre todo en pacientes mayores y en los que pierden peso.

Además, los endocrinólogos abogan por priorizar alimentos frescos con alto valor nutricional como frutas, verduras, legumbres, frutos secos, aceite de oliva, carnes magras, pescado, huevos, lácteos frente a ultraprocesados, que habitualmente son pobres nutricionalmente, fraccionar la alimentación en tomas más pequeñas pero frecuentes, adaptando texturas y sabores para manejar mejor posibles síntomas de impacto nutricional como las náuseas, mucositis, cambios de gusto o falta de apetito. Asimismo, aconsejan valorar el empleo de suplementos orales nutricionales cuando la dieta habitual y adaptada al paciente no logra cubrir las necesidades básicas e instan a evaluar el soporte con nutrición enteral y/o parenteral cuando la dieta oral es inviable o insuficiente.

En relación con los desafíos en este ámbito, la endocrinóloga señala que *"el reto fundamental en cuanto a la desnutrición en el paciente oncológico es el infradiagnóstico en sus fases tempranas, ya que es cuando el tratamiento es más eficaz"*. Para ello, indica que *"la nutrición oncológica debe situarse en el centro de una atención multidisciplinar, en colaboración con los médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición y gestores para integrar de forma efectiva el proceso de atención nutricional en el abordaje oncológico global"*. Dado que "se precisa combinar el ejercicio físico junto con las intervenciones nutricionales antes, durante y a lo largo del tratamiento como estándar de atención para optimizar el estado nutricional y la masa muscular". Así, se facilita el cribado del riesgo de desnutrición de todos los pacientes en el momento del diagnóstico y periódicamente a lo largo del tratamiento.

Sin embargo, la endocrinóloga lamenta que los recursos sean limitados ante el insuficiente número de dietistas-nutricionistas clínicos en los hospitales, así como de especialistas en Endocrinología y Nutrición, fisioterapeutas y médicos rehabilitadores a pesar de la alta carga asistencial existente.

Asimismo,hay diferencias entre hospitales a nivel territorial, siendo fundamental mejorar la equidad en el acceso y en el soporte nutricional domiciliario.

Para trasladar la importancia de la prevención en el ámbito nutricional, la SEEN colabora en campañas de sensibilización dirigidas a la población general y medios de comunicación para visibilizar la DRE y combatir la información sin respaldo científico en estos temas. Además, cuenta con el Aula Virtual con múltiples recursos para pacientes oncológicos. Asimismo, la sociedad científica elabora guías y documentos de consenso adaptando las recomendaciones nutricionales como las de European Society for Clinical Nutrition & Metabolism (ESPEN) a la situación de los hospitales españoles junto con acciones que impulsan la formación específica para otras especialidades como los médicos de familia, enfermería u oncología sobre cribado, diagnóstico y tratamiento de la DRE en el cáncer. Desde la SEEN se promueven también estudios nacionales de prevalencia de desnutrición y el grado de implementación de las guías de nutrición en cáncer en España con el fin de identificar oportunidades de mejora en el abordaje.

Sobre SEEN

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta principalmente por médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición y por otros titulados del ámbito biomédico que trabajan en el campo de la Endocrinología, Diabetes, Nutrición y Metabolismo para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por 2.660 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

Prensa Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)

Vanessa Martín
comunicacion@seen.es

Agencia de comunicación - BERBĒS
Ana Serrano / Isabel Torres/ Carmen Rodríguez
anaserrano@berbes.com; isabeltorres@berbes.com; carmenrodriguez@berbes.com
91 563 23 00