

# Curcumina: el efecto antitumoral del azafrán de la India

07 de mayo de 2021

## MITOS Y REALIDADES

1. **Cierto.** La cúrcuma es fuente milenaria de sustancias con poder para atacar virus, bacterias y hongos, además de ser antioxidante, anticancerígeno y estimulante del sistema inmune. En poco tiempo la curcumina puede llegar a ser una potente medicina natural en la prevención y tratamiento de cáncer de colon y recto, así como un antídoto para bajar el riesgo de su metástasis.
2. **Cierto.** La curcumina es un componente químico bioactivo presente en la raíz de la planta *Cúrcuma Longa* y los estudios científicos basan en esa sustancia las investigaciones y su relación con la prevención y tratamiento del cáncer colorrectal.
3. **Falso.** La curcumina sustituye a la quimioterapia. Si bien se ha comprobado que la curcumina tiene un papel antitumoral, aún es muy pronto para afirmar que el consumo de suplementos de cúrcuma podría llegar a utilizarse en lugar de la quimioterapia o la radioterapia.
4. **Cierto.** La curcumina podría detener la expresión genética del cáncer. Ensayos experimentales coinciden en que el uso de curcumina como suplemento dietético podría aumentar su capacidad para controlar la multiplicación de células cancerosas sin perjudicar la salud de las células aledañas, como sucede en ocasiones con la quimioterapia o la radioterapia.
5. **Falso.** El uso eventual de la raíz de cúrcuma en la cocina previene el cáncer de colon y recto. Los estudios científicos han demostrado que la curcumina tiene efectos anticancerígenos sólo cuando se consume en dosis elevadas para aumentar su biodisponibilidad, es decir, falta asegurar que se absorba en cantidades suficientes dentro del organismo. Aún existe controversia para determinar en qué dosis sería adecuado consumirla, en qué presentación y con qué frecuencia. Lo cierto es que en comprimidos aumentan las cantidades de curcumina pero faltan mayores evidencias.

En vías de lograr aplicaciones más precisas en la dietoterapia anticáncer, se recomienda consumir cúrcuma fresca en raíz o en polvo con frecuencia, integrada a una alimentación nutritiva y con productos mínimamente procesados.

## Referencias:

1. Weng W, Goel A. Curcumin and colorectal cancer: An update and current perspective on this natural medicine. *Semin Cancer Biol.* 2020 Feb 20:S1044-579X(20)30044-4. doi: 10.1016/j.semcancer.2020.02.011. Epub ahead of print. PMID: 32088363; PMCID: PMC7438305.
2. Calibasi-Kocal G, Pakdemirli A, Bayrak S, Ozupek NM, Sever T, Basbinar Y, Ellidokuz H, Yigitbasi T. Curcumin effects on cell proliferation, angiogenesis and metastasis in colorectal cancer. *J BUON.* 2019 Jul-Aug;24(4):1482-1487. PMID: 31646795.
3. Wong KE, Ngai SC, Chan KG, Lee LH, Goh BH, Chuah LH. Curcumin Nanoformulations for Colorectal Cancer: A Review. *Front Pharmacol.* 2019 Mar 5;10:152. doi: 10.3389/fphar.2019.00152. PMID: 30890933; PMCID: PMC6412150.
4. Pricci M, Girardi B, Giorgio F, Losurdo G, Ierardi E, Di Leo A. Curcumin and Colorectal Cancer: From Basic to Clinical Evidences. *Int J Mol Sci.* 2020 Mar 29;21(7):2364. doi: 10.3390/ijms21072364. PMID: 32235371; PMCID: PMC7178200.