

Destacamos ► [Tos ferina](#) [Carne pr](#) [¿Síguenos!](#) [Benzodiacepinas](#) [Pomelo](#) [Menopausia](#) [Piercing](#) [Hipotiroidismo](#)

Editado por europa press

27 de Octubre 2015

infosalus.com

SALUD FARMACIA ACTUALIDAD MUJER NUTRICIÓN ESTÉTICA ASISTENCIA MAYORES ENFERMEDADES

Buscar

Lo más leído en...

Infosalus

- 1 ¿Cuál es la carne procesada?
- 2 5 motivos y soluciones al picor de cabeza
- 3 La carne procesada aumenta el riesgo de cáncer, según la OMS
- 4 Cómo tomar la presión arterial en casa
- 5 La oxitocina ayuda a producir moléculas de felicidad

Hoy Una semana Un mes

Vídeos

Más vídeos de salud: Sanidad pic

Especialista digestivo tranquiliza a los consumidores de carne roja tras el mensaje "irresponsable" de la OMS

Actualizado 27/10/2015 14:57:19 CET

MADRID, 27 Oct. (EUROPA PRESS) -

El doctor especialista en aparato digestivo Gonzalo Guerra ha pedido este martes a los consumidores que "no tengan miedo" a comer carnes rojas y procesadas, ya que a pesar del mensaje "irresponsable" de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que vinculaba su consumo al cáncer de colon, "la relación no está tan clara".

En declaraciones a Europa Press Televisión, el doctor Guerra ha explicado que "hay que matizar" las palabras de la OMS, ya que "puede ocurrir que la persona que come mucha carne roja tenga tendencia a tener más fácilmente un cáncer de colon, pero no hay ninguna base científica que apoye este teoría de que por comer mucha carne roja podríamos aumentarlo".

En concreto, el especialista ha subrayado el hecho de que las personas vegetarianas "también tienen cáncer de colon" sin ingerir estas carnes, lo cual debilitaría la relación del consumo con la enfermedad. "Una persona que coma carne roja dos o tres veces a la semana, incluso cuatro. No creo que tenga ninguna relación para nada con el cáncer de colon", ha dicho.

"Pueden ustedes comer carne roja con toda tranquilidad que no le veo relación ninguna con el cáncer de colon", ha valorado Guerra, si bien ha incidido en que "comer cinco o seis veces a la semana puede crear predisposición". "Cualquier alimento puede generar una alteración de nuestra flora intestinal por exceso", ha dicho.

En esta línea, el experto en digestivo ha aclarado que tomar mucha cantidad de estas carnes "puede ser malo por otras muchas razones", como pueden ser el "exceso de proteínas" o el "exceso de ácido úrico", y ha alertado especialmente sobre "los conservantes", que forman parte de las carnes procesadas, y que sí generan dudas al sector médico al no estar "suficientemente controlados y vigilados".

El doctor guerra ha instado finalmente a que los consumidores "sigan comiendo de acuerdo con sus gustos", puesto que "es recomendable comer de todos los principios de la alimentación", pero que "prescindan un poco de comer carne roja todos los días". "Yo pienso seguir tomando carne roja", ha sentenciado.