



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y
DIETÉTICA**

Trabajo Académico

Revisión crítica: efecto de la dieta mediterránea en la disminución del riesgo de
cáncer de mama en mujeres adultas

Para optar el Título de
Especialista en Nutrición Clínica con Mención en Nutrición Oncológica

Presentado por:

Autor: Rodas Vargas, Neil Angelo


Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4812-008X>

Asesora: Dra. Bohórquez Medina, Andrea Lisbet

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8764-8587>

Lima – Perú

2024

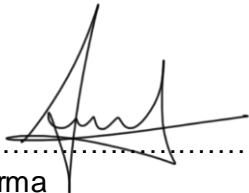
 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

Yo, Neil Angelo Rodas Vargas egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud y Escuela Académica Profesional de Nutrición y Dietética de la Universidad Privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico **“REVISIÓN CRÍTICA: EFECTO DE LA DIETA MEDITERRANEA EN LA DISMINUCION DEL RIESGO DE CANCER DE MAMA EN MUJERES ADULTAS”**, Asesorado por el docente: DRA. ANDREA BOHÓRQUEZ MEDINA DNI 45601279 ORCID 0000-0001-8764-8587 tiene un índice de similitud de 13 (Trece) % con código oid: 14912:410557334 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin. Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
 Neil Angelo Rodas Vargas
 DNI: 43642701



.....
 Firma
 Dra. Andrea Bohórquez Medina
 DNI: 45601279

Lima, 29 de noviembre de 2024

DEDICATORIA

A Dios, porque me ayudó en todo este proceso de estudios de la especialidad.

A mi suegra, quien confía en Dios y con esfuerzo y perseverancia incorporó la Dieta Mediterránea en su estilo de vida como parte de su tratamiento oncológico.

AGRADECIMIENTO

A la Licenciada Steffany Diaz Yoshisato, porque permitió que pudiera iniciar la especialidad y desarrollar las clases después de explicar mi fe en relación a la observancia del día sábado.

ÍNDICE

	Página
INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO I: MARCO METODOLÓGICO	9
1.1. Tipo de investigación	9
1.2. Metodología	9
1.3. Formulación de la pregunta clínica según estrategia PS (Población-Situación Clínica)	11
1.4. Viabilidad y pertinencia de la pregunta	11
1.5. Metodología de búsqueda de información	12
1.6. Análisis y verificación de las listas de chequeo específicas	15
CAPÍTULO II: DESARROLLO DEL COMENTARIO CRÍTICO	17
2.1. Artículo para revisión	17
2.2. Comentario crítico	18
2.3. Importancia de los resultados	20
2.4. Nivel de evidencia y grado de recomendación	20
2.5. Respuesta a la pregunta	21
RECOMENDACIONES	21
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	23
ANEXOS	27

RESUMEN

La neoplasia maligna de mama ha aumentado notablemente en la última década, convirtiéndose en una gran preocupación. Sin embargo, la dieta mediterránea se presenta como un aliado en la lucha contra esta enfermedad, mostrando su potencial para prevenir el cáncer de mama. En ese contexto se llevó a cabo la presente investigación, a través de un análisis exhaustivo de estudios originales, que incluyen casos y controles, metaanálisis y revisiones sistemáticas, se seleccionó un artículo que aborda la pregunta central: “¿Cómo influye la dieta mediterránea en la reducción del riesgo de cáncer de mama en mujeres adultas?”. La metodología aplicada, tomó como base los principios de la nutrición basada en la evidencia. Se realizó una búsqueda en las bases PUBMED y SCIENCE DIRECT donde se identificaron 11 artículos relevantes, de los cuales 6 fueron evaluados con la herramienta para el análisis crítico “CASPE”. Finalmente, se eligió una revisión sistemática sobre la relación de la dieta mediterránea y el riesgo de cáncer de mama” que cuenta con un nivel de evidencia AI y un Grado de Recomendación Fuerte. El análisis concluyó que hay evidencia para recomendar la dieta mediterránea para la reducción del riesgo de cáncer de mama.

Palabras clave: “Dieta Mediterránea”, “cáncer”, “mujer”, “Revisión”, “estilo de vida”

ABSTRACT

Malignant breast neoplasia has significantly increased in the last decade, becoming a major concern. However, the Mediterranean diet presents itself as an ally in the fight against this disease, showing its potential to prevent breast cancer. In this context, the present research was conducted through a thorough analysis of original studies, including case-control studies, meta-analyses, and systematic reviews. An article was selected that addresses the central question: "How does the Mediterranean diet influence the reduction of breast cancer risk in adult women?" The methodology applied was based on the principles of evidence-based nutrition. A search was conducted in the PUBMED and SCIENCE DIRECT databases, where 11 relevant articles were identified, of which 6 were evaluated using the critical analysis tool "CASPE." Finally, a systematic review on the relationship between the Mediterranean diet and breast cancer risk was chosen, which has a level of evidence AI and a Strong Recommendation Grade. The analysis concluded that there is solid evidence supporting that the Mediterranean diet may reduce the risk of breast cancer in women.

Keywords: "Mediterranean Diet," "cancer," "woman," "Review," "lifestyle"

INTRODUCCIÓN

A nivel global, el cáncer de mama afecta a más de dos millones de mujeres cada año, convirtiéndose en el diagnóstico oncológico más común (1–3). Este tipo de cáncer también se sitúa entre las primeras cinco causas de mortalidad asociada al cáncer en el mundo entero (1,2).

El cáncer de mama se erige como un desafío crucial en el ámbito de la salud pública, encajando dentro de las enfermedades crónicas no transmisibles. Su incidencia y prevalencia han mostrado un notable ascenso, lo que a su vez eleva los costos sanitarios, y el panorama no es optimista debido al aumento en las tasas de mortalidad. Esta problemática afecta a naciones de todos los rincones del planeta, sin distinción de continentes.

En las regiones más avanzadas del mundo, como América del Norte(4), Nueva Zelanda y Australia(2), los diagnósticos de cáncer de mama han ido en aumento. En Europa, la situación es aún más preocupante, ya que se está viendo un crecimiento notable en los casos, y se estima que esta enfermedad es responsable de la mayor cantidad de muertes(3,5). En Latinoamérica, es el tipo de cáncer más frecuente para las mujeres, sin embargo, en Perú es la menos frecuente en comparación con otros países de la región (6).

Según los estudios relacionados al cáncer mencionados líneas arriba, la neoplasia de mama presenta un importante desarrollo entre las mujeres. Para el caso peruano, aunque se presente en menor proporción, continúa siendo preocupante por el crecimiento en su incidencia a pesar de las intervenciones que se promueven en sus diferentes niveles de atención.

Uno de los aspectos a considerar en el tratamiento del cáncer de mama es el soporte nutricional. En términos de prevención, existe un enfoque de tamizaje o detección precoz a través de exámenes auxiliares que se realizan a las mujeres, lo cual es relevante. Adicionalmente, el estilo de vida y específicamente la

alimentación, cumple un papel crucial en la prevención del cáncer de mama. Por ello, la intervención nutricional en pacientes con cáncer de mama es fundamental para mantener un adecuado estado nutricional, optimizar los resultados frente al tratamiento y mejorar las condiciones de vida.

Los hábitos alimenticios podrían jugar un papel crucial en la reducción de la posibilidad de padecer cáncer de mama. Lo que indicaría que, una dieta equilibrada y el consumo habitual de ciertos alimentos podrían tener efectos beneficiosos en la lucha contra esta enfermedad (7). Hay diversas opciones de regímenes alimenticios, pero el mediterráneo, con su rica variedad de frutas, verduras, cereales integrales, pescado, aceite de oliva y un consumo moderado de carne, lácteos y vino, ha demostrado ser especialmente efectivo en la prevención de este tipo de cáncer (8).

Varios estudios han encontrado una conexión notable entre la alimentación con un estilo mediterráneo y una reducción del cáncer de mama (8–11). Esto significa que cuanto más se consumen los alimentos que forman parte de esta dieta y de la manera en que se preparan, mayor es el beneficio. Sin embargo, esta relación cobra aún más importancia en el caso de las mujeres que han pasado por la menopausia (12,13).

El enfoque estratificado según el estado menopaúsico, puede implicar un comportamiento en el desarrollo del cáncer de mama y podría ser que el patrón mediterráneo resulte con mayor beneficio en este grupo de mujeres.

En ese sentido, el artículo de revisión crítica se elaboró basándose en la investigación bibliográfica acerca de la dieta mediterránea y su asociación con la reducción del riesgo de cáncer de mama, aportando recomendaciones en base a la evidencia y proporcionar utilidad a la salud pública.

Asimismo, permite motivar a los profesionales de nutrición sobre la disminución del riesgo de cáncer de mama en mujeres posmenopáusicas a través de los

patrones dietéticos de la dieta mediterránea y aplicarlo en la consulta nutricional o incluirlo en la dietoterapia hospitalaria.

El proyecto seleccionado, tras un exhaustivo análisis de investigaciones científicas que abarcan estudios de casos y controles, metaanálisis y revisiones sistemáticas, se propuso ofrecer una reflexión crítica sobre este tipo de patrón dietario y su influencia en el riesgo de desarrollar neoplasia del tejido mamario.

CAPÍTULO I: MARCO METODOLÓGICO

1.1 Tipo de investigación

La presente revisión se clasifica como secundaria, a causa del proceso de revisar minuciosamente la bibliografía científica, las cuales presentan diseños en su metodología de carácter experimental, entre las que se incluyen investigaciones cuantitativas y/o cualitativas, con el fin de responder a una

pregunta clínica y que ha sido previamente tratado por una investigación primaria.

1.2 Metodología

El desarrollo de la lectura crítica, se llevó a cabo a través de la Nutrición fundamentada en la evidencia.

a) **Formular la pregunta clínica y búsqueda sistemática:**

Antes de la recopilación de datos se establecieron las variables de estudio acorde con la pregunta de investigación en formato PS, considerando población e intervención en una condición clínica específica. Para la presente investigación se consideró como población a mujeres adultas que consumen el patrón de Dieta Mediterránea y la presencia de cáncer de mama como condición clínica.

Se utilizó Google Académico como motor de búsqueda bibliográfica inicial. Luego se llevó a cabo una búsqueda metódica empleando como bases de datos a Sciencedirect y Pubmed:

- **ScienceDirect:** “Mediterranean Diet” AND “breast cancer” AND “women”.
- **PubMed:** “Mediterranean Diet” AND “breast cancer” AND “women”.

Pregunta clínica: “¿La Dieta mediterránea disminuye el riesgo de cáncer de mama en mujeres adultas?”

b) **Fijar los criterios de elegibilidad y seleccionar los artículos:**

Para la elección de artículos se consideraron los criterios de inclusión y exclusión siguientes, como presentar cáncer de mama sin antecedente de cáncer en otro sitio, consumo del patrón dietético mediterráneo, mujeres mayores de 18 años y el artículo debe tener una antigüedad no mayor de 7

años. Se elegirá el artículo con la puntuación más alta de acuerdo con CASPe y el grado de evidencia de cada artículo.

c) Lectura crítica, extracción de datos y síntesis:

A través del uso de la herramienta CASPe para la lectura crítica, se evaluó cada uno de los artículos científicos escogidos previamente, en función del tipo de estudio que se publicó.

d) Pasar de las pruebas (evidencias) a las recomendaciones:

Los artículos científicos se evaluaron y clasificaron en función de su nivel de evidencia (tabla 1) y recomendación (tabla 2).

Tabla 1. Nivel de Evidencia para evaluación de los artículos científicos

Nivel de Evidencia	Categoría	Preguntas que debe contener obligatoriamente
“AI”	“Metaanálisis o Revisión sistemática”	“Interrogantes del 1 al 7”
“BI”	“Ensayo clínico aleatorizado”	“Interrogantes del 1 al 7”
“AII”	“Metaanálisis o Revisión sistemática”	“Interrogantes del 1 al 5”
“BII”	“Ensayo clínico aleatorizado o no aleatorizado”	“Interrogantes del 1 al 3 e interrogantes 6 y 7”
“CI”	“Estudios prospectivos de cohorte”	“Interrogantes del 1 al 8”
“BIII”	“Estudios de cohorte” “Ensayo clínico aleatorizado o no aleatorizado”	“Interrogantes del 1 al 3 e interrogante 7”
“AIII”	“Metaanálisis o Revisión sistemática”	“Interrogantes del 1 al 4”

Tabla 2. Grado de Recomendación para evaluación de los artículos científicos

Grado de Recomendación	Estudios evaluados
-------------------------------	---------------------------

DEBIL

“Revisiones sistemáticas o metanálisis que brinde respuesta contundente a la interrogante 6, o ECAS, ECAS no aleatorizados que brinde respuesta contundente a la interrogante 7”

FUERTE

“Revisiones sistemáticas o metanálisis que brinden respuesta contundente a las interrogantes 4 y 6, o Ensayos clínicos aleatorizados que brinden respuesta contundente las interrogantes 7 y 8”

e) Aplicación, evaluación y actualización continua:

Se desarrolló un comentario crítico basado en la experticia competente y las referencias bibliográficas más recientes tras efectuar un análisis riguroso de la literatura científica y seleccionar un artículo que abordara la consulta clínica. Después, durante un periodo de al menos dos años tras su implementación en la práctica clínica, este comentario será evaluado y actualizado continuamente.

1.3 Formulación de la pregunta clínica según estrategia PS (Población-Situación Clínica)

Una vez seleccionada la población de estudio e intervención, se desarrolló la pregunta de investigación que es detallada en la tabla 3:

Tabla 3. Formulación de la pregunta clínica según estrategia PS

POBLACIÓN (Paciente)	
-----------------------------	--

	“Población en riesgo de cáncer de mama de sexo femenino”
SITUACIÓN CLÍNICA	Patrón alimenticio según las recomendaciones de “Dieta Mediterránea”
<p>La pregunta clínica es:</p> <p>- “¿Cuál es el efecto de la dieta mediterránea en la reducción del riesgo de cáncer de mama?”</p>	

1.4 Viabilidad y pertinencia de la pregunta

La interrogante clínica es factible ya que contempla la investigación del cáncer de mama, debido a su incremento en la incidencia en años recientes y su relevancia para la salud pública. La pregunta es de gran importancia, ya que disponemos de numerosos estudios clínicos llevados a cabo en todo el mundo, lo que nos brinda una sólida base de información sobre el tema.

1.5 Metodología de Búsqueda de Información

Para realizar la búsqueda bibliográfica se definieron mediante un buscador las palabras claves (tabla 4), estrategias de búsqueda (tabla 5) y búsqueda de artículos científicos sobre estudios clínicos que respondieran la pregunta clínica, con el uso de motores de búsqueda bibliográfica como Google Académico. Luego del encontrar algunos artículos científicos, se realizó la búsqueda sistemática de artículos de forma no repetitiva usando como bases de datos a Sciencedirect y Pubmed.

Tabla 4. Elección de las palabras clave

PALABRAS CLAVE	MESH	ENTRY TERMS
Mujeres	Women "Women"[Mesh]	Women's Group Women Groups Women's Groups Woman Girls Girl
Dieta mediterránea	Mediterranean diet "Mediterranean diet"[Mesh]	Mediterranean Diet Diets, Mediterranean Mediterranean Diets
Cáncer de mama	Breast cancer "Breast cancer"[Mesh]	Breast Neoplasm Neoplasm, Breast Neoplasms, Breast Breast Tumors Breast Tumor Breast Cancer Cancer of Breast Cancer of the Breast

Tabla 5. Estrategias de búsqueda en las bases de datos

Base de datos consultada	Fecha de la búsqueda	Estrategia para la búsqueda	N° artículos encontrados	N° artículos seleccionados
Pubmed	07/05/2023	('girls' OR 'girl' OR 'woman' OR 'women's groups' OR 'women group' OR 'women's group' OR (('woman' OR 'women's groups') AND Mediterranean Diet) OR 'Breast Cancer' OR 'Cancer of Breast')	13	9
Science direct	08/05/2023	Mediterranean Diet) OR 'Breast Cancer' OR 'Cancer of Breast')	2	2

TOTAL	15	11
--------------	----	----

Una vez seleccionados los artículos científicos de las bases de datos descritos en la tabla 5, se procedió a desarrollar una ficha de recolección bibliográfica que contiene la información de cada artículo (tabla 6).

Tabla 6. Ficha de recolección de datos bibliográfica

Autor (es)	Revista (año, volumen, número)	DOI
González-Palacios C, et al(14)	“Clin. Nutr. 2023; 42(4)” (14)	“10.1016/J.CLNU.2023.02.012” (14)
Castelló A, et al(15)	“Maturitas, 2017; 103” (15)	“10.1016/j.maturitas.2017.06.020” (15)
Krusinska B, et al(11)	“Nutrients, 2018; 10(4)” (11)	“10.3390/nu10040470” (11)
Castelló A, et al(16)	“British journal of cancer, 2014; 111(7)” (16)	“10.1038/bjc.2014.434”(16)

Coughlin S, et al (13)	“Epidem. Public Health, 2018;1”(13)	“10.33582/2639-4391/1002”(13)
Mourouti N, et al(17)	“Nutr. and Cancer, 2014; 66(5)” (17)	“10.1080/01635581.2014.916319” (17)
Schwingshackl, L. and Hoffmann, G. (18)	“Inter. Journ. of Cancer, 2014; 135(8)” (18)	“10.1002/IJC.28824”(18)
Li Y, et al(12)	“Translational Cancer Research, 2018; 7(5)” (12)	“10.21037/TCR.2018.10.13”(12)
Van Den, P. and Schulpen, M.(19)	“Inter.Journ. of Cancer, 2017; 140”(19)	“10.1002/ijc.30654” (19)
Morze J, et al (20)	“Eur. Journal of Nutr., 2021; 60(3)” (20)	“10.1007/S00394-020-02346-6” (20)
Turati F, et al(9)	“Nutrients 2018 10(3)” (9)	“10.3390/nu10030326”(9)

1.6 Análisis y verificación de las listas de chequeo específicas

A partir de los artículos científicos seleccionados (tabla 6) se evalúa la calidad de la literatura mediante la lista de chequeo de “Critical Appraisal Skills Programme España” (CASPe) (tabla 7).

Tabla 7. Análisis de los artículos mediante la lista de chequeo CASPe

Título del artículo	Tipo de investigación metodológica	Nivel de evidencia	Grado de recomendación
González-Palacios C, et al “Mediterranean diet and risk of breast cancer: An umbrella review” (14)	“Metaanálisis” (MT)	“AI”	FUERTE
Coughlin S, et al “A review of adherence to the Mediterranean R2 oncogene expression 1 and breast cancer risk according to estrogen and progesterone receptor status” (13)	MT	“AI”	FUERTE
Castelló A, et al “Adherence to Mediterranean diet and risk of cancer: A systematic review and meta-analysis” (15)	MT y revisión sistemática (RS)	“AI”	FUERTE
Li Y, et al “Adherence to Mediterranean diet and the risk of breast cancer: a meta-analysis” (12)	MT - RS	“AI”	FUERTE

<p>Castelló A, et al “Mediterranean diet adherence and risk of postmenopausal breast cancer: results of a cohort study and meta-analysis” (16)</p>	<p>MT - RS</p>	<p>“AI”</p>	<p>FUERTE</p>
<p>“Mourouti N, et al” (17)</p>	<p>RS</p>	<p>“AI”</p>	<p>FUERTE</p>

CAPÍTULO II: DESARROLLO DEL COMENTARIO CRÍTICO

2.1 Artículo para revisión

- a) **Título:** “Dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama: una revisión general”
- b) **Revisor:** Neil Angelo Rodas Vargas
- c) **Institución:** Universidad Norbert Wiener, provincia y departamento de Lima-Perú
- d) **Dirección para correspondencia:** a2023801599@uwiener.com
- e) **Referencia completa del artículo seleccionado para revisión:**

“González-Palacios Torres C, et al. Dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama: una revisión genera. Clin Nutr. 2023 Apr 1;42(4):600–8”.
- f) **Resumen del artículo original:**

Antecedentes: La Dieta Mediterránea (Dieta Med) es un patrón dietético saludable que se ha relacionado con un menor riesgo de padecer determinadas enfermedades crónicas, como algunos cánceres. Sin embargo, su papel en el desarrollo del cáncer de mama aún no está claro. Esta revisión general tiene como objetivo resumir la evidencia más alta disponible sobre la Dieta Med y el riesgo de cáncer de mama.

Métodos: Se buscaron en las plataformas electrónicas Pubmed, Web of Science y Scopus revisiones sistemáticas y metanálisis relevantes. Los criterios de selección incluyeron revisiones sistemáticas con o sin metanálisis que incluyeron mujeres de 18 años o más que evaluaron la

adherencia a una Dieta Med como la exposición y la incidencia de cáncer de mama como variable de resultado. Dos autores evaluaron de forma separada la superposición y la calidad de las revisiones mediante el instrumento AMSTAR-2.

Resultados: Se incluyeron cinco revisiones sistemáticas y seis revisiones sistemáticas con metanálisis. En general, cuatro revisiones sistemáticas (dos con metanálisis y dos sin él) fueron calificadas como de alta calidad. Se encontró una asociación inversa en 5 de las 9 revisiones que evaluaron el papel de la Dieta Med en el riesgo de cáncer de mama total. Los metanálisis mostraron una heterogeneidad moderada-alta. La reducción del riesgo pareció ser más consistente entre las mujeres posmenopáusicas. No se encontró asociación para la Dieta Med entre mujeres premenopáusicas.

Conclusiones: Los hallazgos de este análisis general indican que la El seguimiento de un régimen dietético Med demostró un efecto protector en el riesgo de cáncer de mama, en particular en el cáncer de mama postmenopáusico. La estratificación de los casos de cáncer de mama y la realización de revisiones de alta calidad son aspectos necesarios para superar la heterogeneidad de los resultados actuales y mejorar el conocimiento en este campo.

2.2 Comentario crítico

El artículo que he elegido para realizar un comentario crítico se centra en el impacto de la dieta mediterránea en la reducción del riesgo de cáncer de mama. Se trata de una revisión sistemática, un tipo de estudio clínico que ostenta un Nivel de Evidencia AI, lo que lo sitúa en la cúspide de la jerarquía de la evidencia científica. Es un artículo que responde a los objetivos del estudio, es actualizado y cumple con los criterios de calificación al ser evaluado con el instrumento CASPe. Además, recopila información sobre un tópico

específico, siguiendo un diseño preestablecido y proporcionando un resumen orientado a responder la pregunta de investigación.

La investigación se propuso explorar la conexión entre seguir la dieta mediterránea y el riesgo de desarrollar cáncer de mama. En un primer momento, se encontraron 509 artículos, de los cuales se seleccionaron 11 revisiones sistemáticas: 5 de ellas eran revisiones puras y las otras 6 combinaban revisiones sistemáticas con metaanálisis.

Las revisiones sistemáticas y los metaanálisis analizados fueron sometidos a la rigurosa herramienta AMSTAR-2, diseñada para evaluar la calidad de las revisiones de intervenciones en salud. Los resultados revelaron que solo un 40% de las revisiones sistemáticas y un 33% de los metaanálisis alcanzaron un nivel de alta calidad en su evaluación. Esto pone de manifiesto una preocupante escasez de investigaciones de calidad superior. En consecuencia, la revisión de estos artículos, en un contexto general, enfrenta limitaciones que dificultan la interpretación de sus resultados.

Los estudios incluidos en las revisiones sistemáticas y metaanálisis fueron analizados para detectar posibles sesgos, con el objetivo de elevar la calidad de la evidencia. Esto ayuda a identificar y elegir aquellos que ofrecen una respuesta más sólida a la pregunta de investigación planteada. Cabe destacar que la mayoría de los estudios son de carácter observacional, por lo que es necesario llevar a cabo más ensayos clínicos aleatorizados para obtener resultados más concluyentes.

En todas las evaluaciones realizadas, los estudios de cohorte revelaron una conexión entre seguir el estilo de vida de la Dieta Mediterránea y una disminución en el riesgo de desarrollar cáncer de mama.

Uno de los elementos que se consideró en la evaluación de los artículos fue la diversidad en los resultados. En el caso del 50% de los estudios metanálisis,

se observó un nivel moderado a alto de heterogeneidad en la relación entre la Dieta Mediterránea y el riesgo de cáncer de mama (I²: 31% - 95.3%); hallazgos similares se encontraron al analizar la heterogeneidad en revisiones que solo incluían estudios de cohorte. Esto sugiere que la variabilidad en los resultados se presentó en la mayoría de los estudios, lo que pone de manifiesto la fragilidad de las conclusiones.

El artículo que estamos analizando sugiere que la variabilidad en los resultados podría estar relacionada con el estado menopáusico de las mujeres. Varios estudios (12,13,19–23) han encontrado una relación inversa en mujeres que ya han pasado por la menopausia. Sin embargo, en el caso de las mujeres premenopáusicas, los estudios revelaron que seguir una Dieta Mediterránea no se asocia de manera significativa con un menor riesgo de desarrollar cáncer de mama (12,20,22). Además, se mencionó que las investigaciones que tomaron en cuenta la presencia de receptores tumorales ER en el cáncer de mama (13,19,20) también indicaron una relación inversa entre la Dieta Mediterránea y el riesgo de cáncer en mujeres posmenopáusicas, aunque los hallazgos aún no son definitivos.

Así, se puede deducir que el cáncer de mama no es un fenómeno aislado, sino que está influenciado por diversos factores, como el estado menopáusico y la presencia de receptores tumorales, lo que contribuye a la notable diversidad en los resultados. Esta variabilidad podría explicar por qué los resultados globales de los casos no son homogéneos.

A partir de lo anterior, al estratificar según el estado menopáusico y la presencia de receptores tumorales, y al considerar el impacto de la Dieta Mediterránea en el riesgo de cáncer de mama, se ha podido observar un beneficio significativo en las mujeres en la etapa de posmenopausia. Este beneficio parece ser más evidente dependiendo del estado menopáusico. No

obstante, es necesario llevar a cabo estudios más robustos en mujeres premenopáusicas para explorar su relación con la Dieta Mediterránea.

El efecto protector encontrado para una Dieta Med y su relación con el cáncer de mama posmenopáusico, podría explicarse por el beneficio sugerido de sus componentes, por ejemplo (24), disminución del perfil lipídico, la protección contra la exposición a radicales libres, la inflamación y adhesión de plaquetas a la pared vascular, o la incorporación de hormonas y proteínas implicadas en el crecimiento y maduración de células relacionadas con el cáncer de mama, asimismo, la contribución potencial de otros comportamientos saludables como el ejercicio físico, asociados en mujeres con una mayor adherencia a una Dieta Med (25) contribuyen en menor riesgo de esta patología.

Por lo mencionado, resulta beneficioso motivar a las mujeres a seguir un patrón de Dieta Mediterránea tomando en cuenta los resultados de este estudio y sus beneficios demostrados (24,25).

Los hallazgos de este trabajo apoyan la hipótesis de que la adherencia a la dieta mediterránea se asocia con un menor riesgo de cáncer de mama, pero principalmente en mujeres postmenopáusicas.

2.2 Importancia de los resultados

Los hallazgos son de gran relevancia, ya que evidencian una relación positiva entre el consumo de ciertos grupos alimenticios y la disminución del riesgo de cáncer de mama, particularmente en mujeres posmenopáusicas. Además, para proporcionar recomendaciones nutricionales a aquellas que aún no han sido diagnosticadas con esta enfermedad, resulta esencial aumentar la frecuencia de consumo de los grupos alimenticios involucrados.

2.3 Nivel de evidencia y grado de recomendación

Para evaluar el nivel de evidencia y recomendación, se estableció una clasificación de las preguntas de lectura crítica. De este modo, se relacionaron las respuestas a las preguntas del 1 al 8 con el nivel de evidencia, y aquellos participantes que respondieron de manera coherente a dichas preguntas fueron clasificados en función de la recomendación, ya sea fuerte o débil. El artículo elegido para dar respuesta a la pregunta de investigación alcanzó un nivel de evidencia alto al responder afirmativamente a las preguntas del 1 al 7, además de obtener un alto nivel de recomendación al abordar las preguntas 4 y 6 de la evaluación CASPe. Otros estudios de revisión sistemática y metaanálisis (10,13,18,19,26) lograron puntuaciones similares; sin embargo, el estudio elegido es el más reciente, lo que llevó a optar por analizar su contenido con el fin de encontrar una respuesta a la pregunta de investigación planteada al inicio del estudio.

2.4 Respuesta a la pregunta

En respuesta a la inquietud clínica sobre si este tipo de alimentación “puede reducir el riesgo de cáncer de mama en mujeres”, una exhaustiva revisión sistemática y metaanálisis reveló que este estilo de alimentación ofrece un efecto protector notable, especialmente en el caso de la etapa posmenopáusica. Para abordar la diversidad de resultados y enriquecer el conocimiento en este ámbito, es fundamental clasificar los diferentes casos de cáncer de mama. Se concluye que existen suficientes investigaciones que respaldan la influencia positiva esta alimentación en la reducción del riesgo de neoplasia del tejido mamario en mujeres que han pasado la menopausia.

RECOMENDACIONES

1. Se sugiere explorar los diversos y nutritivos grupos de alimentos que integran la dieta mediterránea, la cual se caracteriza por un abundante consumo de frutas, verduras, frutos secos, legumbres y aceite de oliva extra virgen. Es recomendable incluir de manera moderada el pescado y los cereales integrales, mientras que el consumo de azúcar, carnes rojas y lácteos enteros debe ser limitado. Asimismo, se aconseja que las mujeres adultas en la etapa posmenopáusica eviten la ingesta de alcohol en su dieta.
2. Presentar los hallazgos sorprendentes de este estudio que evidencian cómo la Dieta Mediterránea puede constituir un aliado en la lucha contra el cáncer de mama en mujeres adultas posmenopáusicas.
3. En el contexto de las consultas nutricionales, se recomienda adoptar el estilo de vida asociado a la Dieta Mediterránea como una estrategia preventiva dirigida a mujeres adultas posmenopáusicas, así como a aquellas que presentan factores de riesgo para el desarrollo de cáncer de mama.
4. Promover la investigación en la población peruana acerca de los patrones dietéticos asociados a la Dieta Mediterránea, adoptando un enfoque que contemple el estado menopáusico, con el objetivo de identificar los beneficios en la disminución del riesgo de cáncer de mama.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Yi M, Li T, Niu M, Luo S, Chu Q, Wu K. Epidemiological trends of women's cancers from 1990 to 2019 at the global, regional, and national levels: a population-based study. *Biomark Res* [Internet]. 2021 Dec 1 [cited 2023 May 19];9(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34233747/>
2. Sung H, Ferlay J, Siegel RL, Laversanne M, Soerjomataram I, Jemal A, et al. Global Cancer Statistics 2020: GLOBOCAN Estimates of Incidence and Mortality Worldwide for 36 Cancers in 185 Countries. *CA Cancer J Clin* [Internet]. 2021 May [cited 2023 May 19];71(3):209–49. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33538338/>
3. Ferlay J, Colombet M, Soerjomataram I, Mathers C, Parkin DM, Piñeros M, et al. Estimating the global cancer incidence and mortality in 2018: GLOBOCAN sources and methods. *Int J cancer* [Internet]. 2019 Apr 15 [cited 2023 May 19];144(8):1941–53. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30350310/>
4. Coughlin SS. Epidemiology of Breast Cancer in Women. *Adv Exp Med Biol* [Internet]. 2019 [cited 2023 May 22];1152:9–29. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31456177/>
5. Heer E, Harper A, Escandor N, Sung H, McCormack V, Fidler-Benaoudia MM. Global burden and trends in premenopausal and postmenopausal

- breast cancer: a population-based study. *Lancet Glob Heal* [Internet]. 2020 Aug 1 [cited 2023 May 22];8(8):e1027–37. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32710860/>
6. Torres-Roman JS, Martinez-Herrera JF, Carioli G, Ybaseta-Medina J, Valcarcel B, Pinto JA, et al. Breast cancer mortality trends in Peruvian women. *BMC Cancer* [Internet]. 2020 Dec 1 [cited 2023 May 22];20(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33261561/>
 7. Couto E, Sandin S, Löf M, Ursin G, Adami HO, Weiderpass E. Mediterranean Dietary Pattern and Risk of Breast Cancer. *PLoS One*. 2013 Feb 4;8(2).
 8. Potentas E, Witkowska AM, Zujko ME. Mediterranean diet for breast cancer prevention and treatment in postmenopausal women. *Prz Menopauzalny*. 2015;14(4):247–53.
 9. Turati F, Carioli G, Bravi F, Ferraroni M, Serraino D, Montella M, et al. Mediterranean Diet and Breast Cancer Risk. *Nutrients* [Internet]. 2018 Mar 8 [cited 2023 May 7];10(3). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29518016/>
 10. Yiannakou I, Singer MR, Moore LL. Indices of Mediterranean diet adherence and breast cancer risk in a community-based cohort. *Front Nutr* [Internet]. 2023 [cited 2023 May 7];10:1148075. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/37025613>
 11. Krusinska B, Hawrysz I, Wadolowska L, Slowinska MA, Biernacki M, Czerwinska A, et al. Associations of mediterranean diet and a posteriori derived dietary patterns with breast and lung cancer risk: A case-control study. *Nutrients*. 2018 Apr 11;10(4).
 12. Li Y, Hu BQ, Wu XJ, Qi XW, Jiang J, Cui X, et al. Adherence to Mediterranean diet and the risk of breast cancer: a meta-analysis. *Transl*

Cancer Res [Internet]. 2018 Oct 1 [cited 2023 May 7];7(5):1290–7. Available from: <https://tcr.amegroups.com/article/view/24830/html>

13. S. Coughlin S, Stewart J, B Williams L. A review of adherence to the Mediterranean diet and breast cancer risk according to estrogen- and progesterone-receptor status and HER2 oncogene expression. *Ann Epidemiol public Heal* [Internet]. 2018 Mar 16 [cited 2024 Nov 7];1(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31008451/>
14. González-Palacios Torres C, Barrios-Rodríguez R, Muñoz-Bravo C, Toledo E, Dierssen T, Jiménez-Moleón JJ. Mediterranean diet and risk of breast cancer: An umbrella review. *Clin Nutr*. 2023 Apr 1;42(4):600–8.
15. Castelló A, Boldo E, Pérez-Gómez B, Lope V, Altzibar JM, Martín V, et al. Adherence to the Western, Prudent and Mediterranean dietary patterns and breast cancer risk: MCC-Spain study. *Maturitas*. 2017 Sep 1;103:8–15.
16. Castelló A, Pollán M, Buijsse B, Ruiz A, Casas AM, Baena-Cañada JM, et al. Spanish Mediterranean diet and other dietary patterns and breast cancer risk: case-control EpiGEICAM study. *Br J Cancer* [Internet]. 2014 [cited 2023 May 7];111(7):1454–62. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25101568/>
17. Mourouti N, Kontogianni MD, Papavagelis C, Plytzanopoulou P, Vassilakou T, Malamos N, et al. Adherence to the mediterranean diet is associated with lower likelihood of breast cancer: A case-control study. *Nutr Cancer*. 2014 Jul 4;66(5):810–7.
18. Schwingshackl L, Hoffmann G. Adherence to Mediterranean diet and risk of cancer: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Int J Cancer*. 2014 Oct 15;135(8):1884–97.
19. van den Brandt PA, Schulpen M. Mediterranean diet adherence and risk of postmenopausal breast cancer: results of a cohort study and meta-analysis.

Int J cancer [Internet]. 2017 May 15 [cited 2024 Aug 18];140(10):2220–31. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28260236/>

20. Morze J, Danielewicz A, Przybyłowicz K, Zeng H, Hoffmann G, Schwingshackl L. An updated systematic review and meta-analysis on adherence to mediterranean diet and risk of cancer. *Eur J Nutr*. 2021 Apr 1;60(3):1561–86.
21. Ubago-Guisado E, Rodríguez-Barranco M, Ching-López A, Petrova D, Molina-Montes E, Amiano P, et al. Evidence Update on the Relationship between Diet and the Most Common Cancers from the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC) Study: A Systematic Review. *Nutrients* [Internet]. 2021 Oct 1 [cited 2024 Nov 7];13(10). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34684583/>
22. Hou R, Wei J, Hu Y, Zhang X, Sun X, Chandrasekar EK, et al. Healthy dietary patterns and risk and survival of breast cancer: a meta-analysis of cohort studies. *Cancer Causes Control* [Internet]. 2019 Aug 1 [cited 2024 Nov 7];30(8):835–46. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10552-019-01193-z>
23. Du M, Liu SH, Mitchell C, Fung TT. Associations between Diet Quality Scores and Risk of Postmenopausal Estrogen Receptor-Negative Breast Cancer: A Systematic Review. *J Nutr* [Internet]. 2018 Jan 1 [cited 2024 Nov 7];148(1):100–8. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29378048/>
24. Torres Romero JP, López González CL, Silva Pachon SV, Meneses Díaz MC, Jiménez Casadiego DA, Campuzano Arias S, et al. Beneficios del consumo de dieta mediterránea en individuos con elevado riesgo cardiovascular: un patrón que debe convertirse en el común denominador. *Rev Virtual la Soc Paraguaya Med Interna* [Internet]. 2023 Sep 30 [cited 2024 Aug 13];10(2):88–98. Available from: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2312-

38932023000200088&Ing=en&nrm=iso&tIng=es

25. Serra Majem L, Ortiz Andrellucchi A, Serra Majem L, Ortiz Andrellucchi A. La dieta mediterránea como ejemplo de una alimentación y nutrición sostenibles: enfoque multidisciplinar. *Nutr Hosp* [Internet]. 2018 [cited 2024 Aug 13];35(SPE4):96–101. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018000700017&Ing=es&nrm=iso&tIng=es
26. Di Maso M, Maso LD, Augustin LSA, Puppo A, Falcini F, Stocco C, et al. Adherence to the Mediterranean Diet and Mortality after Breast Cancer. *Nutrients* [Internet]. 2020 Dec 1 [cited 2023 May 8];12(12):1–11. Available from: https://app.dimensions.ai/details/publication/pub.1133123417?search_mode=content&search_text=mediterranean diet breast cancer&search_type=kws&search_field=full_search

ANEXO 1

Título del artículo	Tipo de investigación metodológica	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	Total	Lista de chequeo empleada	Nivel de evidencia	Grado de recomendación
Dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama: una revisión general	Metaanálisis y revisión sistemática	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	-	18	CASPe	AI	FUERTE
Adherencia a los patrones dietéticos Occidental, Prudente y Mediterráneo y riesgo de cáncer de mama: estudio MCC-España.	Estudio de casos y controles	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	20	CASPe	-	-
Asociaciones de la dieta mediterránea y patrones dietéticos derivados a posteriori con el riesgo de cáncer de mama y de pulmón: un estudio de casos y controles	Estudio de casos y controles	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	20	CASPe	-	-
Dieta mediterránea española y otros patrones dietéticos y riesgo de cáncer de mama: estudio EpiGEICAM de casos y controles	Estudio de casos y controles	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	20	CASPe	-	-

Una revisión de la adherencia a la dieta mediterránea y el riesgo de cáncer de mama según el estado de los receptores de estrógeno y progesterona y la expresión del oncogén HER2	Revisión sistemática	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	1	0	17	CASPe	AI	FUERTE
La adherencia a la dieta mediterránea se asocia con una menor probabilidad de cáncer de mama: un estudio de casos y controles	Estudio de casos y controles	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	20	CASPe	-	-
Adherencia a la dieta mediterránea y riesgo de cáncer: una revisión sistemática y metanálisis de estudios observacionales	Metaanálisis y revisión sistemática	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	-	18	CASPe	AI	FUERTE
Adherencia a la dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama: un metaanálisis	Metaanálisis y revisión sistemática	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	-	18	CASPe	AI	FUERTE

Adherencia a la dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama posmenopáusico: resultados de un estudio de cohorte y metanálisis	Metaanálisis	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	-	18	CASPe	AI	FUERTE
Una revisión sistemática actualizada y un metanálisis sobre la adherencia a la dieta mediterránea y el riesgo de cáncer.	Metaanálisis y revisión sistemática	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	-	18	CASPe	AI	FUERTE
Dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama	Estudio de casos y controles	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	20	CASPe	-	-

ANEXO 2: Evaluación con la herramienta CASPE: Revisiones sistémicas y metanálisis

Dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama: una revisión general	
1. ¿Se hizo la revisión sobre un tema claramente definido?	Si
2. ¿Buscaron los autores el tipo de artículos adecuado?	Si
3. ¿Crees que estaban incluidos los estudios importantes y pertinentes?	Si
4. ¿Crees que los autores de la revisión han hecho suficiente esfuerzo para valorar la calidad de los estudios incluidos?	Si
5. Si los resultados de los diferentes estudios han sido mezclados para obtener un resultado "combinado", ¿era razonable hacer eso?	Si
6. ¿Cuál es el resultado global de la revisión?	Si
7. ¿Cuál es la precisión del resultado/s?	Si
8. ¿Se pueden aplicar los resultados en tu medio?	No
9. ¿Se han considerado todos los resultados importantes para tomar la decisión?	Si
10. ¿Los beneficios merecen la pena frente a los perjuicios y costes?	Si

Una revisión de la adherencia a la dieta mediterránea y el riesgo de cáncer de mama según el estado de los receptores de estrógeno y progesterona y la expresión del oncogén HER2

1. ¿Se hizo la revisión sobre un tema claramente definido?	Si
2. ¿Buscaron los autores el tipo de artículos adecuado?	Si
3. ¿Crees que estaban incluidos los estudios importantes y pertinentes?	Si
4. ¿Crees que los autores de la revisión han hecho suficiente esfuerzo para valorar la calidad de los estudios incluidos?	Si
5. Si los resultados de los diferentes estudios han sido mezclados para obtener un resultado "combinado", ¿era razonable hacer eso?	Si
6. ¿Cuál es el resultado global de la revisión?	Si
7. ¿Cuál es la precisión del resultado/s?	Si
8. ¿Se pueden aplicar los resultados en tu medio?	Si
9. ¿Se han considerado todos los resultados importantes para tomar la decisión?	No
10. ¿Los beneficios merecen la pena frente a los perjuicios y costes?	No sé

Adherencia a la dieta mediterránea y riesgo de cáncer: una revisión sistemática y metanálisis de estudios observacionales	
1. ¿Se hizo la revisión sobre un tema claramente definido?	Si
2. ¿Buscaron los autores el tipo de artículos adecuado?	Si
3. ¿Crees que estaban incluidos los estudios importantes y pertinentes?	Si
4. ¿Crees que los autores de la revisión han hecho suficiente esfuerzo para valorar la calidad de los estudios incluidos?	Si
5. Si los resultados de los diferentes estudios han sido mezclados para obtener un resultado "combinado", ¿era razonable hacer eso?	Si
6. ¿Cuál es el resultado global de la revisión?	Si
7. ¿Cuál es la precisión del resultado/s?	Si
8. ¿Se pueden aplicar los resultados en tu medio?	No
9. ¿Se han considerado todos los resultados importantes para tomar la decisión?	Si
10. ¿Los beneficios merecen la pena frente a los perjuicios y costes?	Si

Adherencia a la dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama: un metaanálisis	
1. ¿Se hizo la revisión sobre un tema claramente definido?	Si
2. ¿Buscaron los autores el tipo de artículos adecuado?	Si
3. ¿Crees que estaban incluidos los estudios importantes y pertinentes?	Si
4. ¿Crees que los autores de la revisión han hecho suficiente esfuerzo para valorar la calidad de los estudios incluidos?	Si
5. Si los resultados de los diferentes estudios han sido mezclados para obtener un resultado "combinado", ¿era razonable hacer eso?	Si
6. ¿Cuál es el resultado global de la revisión?	Si
7. ¿Cuál es la precisión del resultado/s?	Si
8. ¿Se pueden aplicar los resultados en tu medio?	No
9. ¿Se han considerado todos los resultados importantes para tomar la decisión?	Si
10. ¿Los beneficios merecen la pena frente a los perjuicios y costes?	Si

Adherencia a la dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama posmenopáusico: resultados de un estudio de cohorte y metanálisis	
1. ¿Se hizo la revisión sobre un tema claramente definido?	Si
2. ¿Buscaron los autores el tipo de artículos adecuado?	Si
3. ¿Crees que estaban incluidos los estudios importantes y pertinentes?	Si
4. ¿Crees que los autores de la revisión han hecho suficiente esfuerzo para valorar la calidad de los estudios incluidos?	Si
5. Si los resultados de los diferentes estudios han sido mezclados para obtener un resultado "combinado", ¿era razonable hacer eso?	Si
6. ¿Cuál es el resultado global de la revisión?	Si
7. ¿Cuál es la precisión del resultado/s?	Si
8. ¿Se pueden aplicar los resultados en tu medio?	No
9. ¿Se han considerado todos los resultados importantes para tomar la decisión?	Si
10. ¿Los beneficios merecen la pena frente a los perjuicios y costes?	Si

Una revisión sistemática actualizada y un metanálisis sobre la adherencia a la dieta mediterránea y el riesgo de cáncer.	
1. ¿Se hizo la revisión sobre un tema claramente definido?	Si
2. ¿Buscaron los autores el tipo de artículos adecuado?	Si
3. ¿Crees que estaban incluidos los estudios importantes y pertinentes?	Si
4. ¿Crees que los autores de la revisión han hecho suficiente esfuerzo para valorar la calidad de los estudios incluidos?	Si
5. Si los resultados de los diferentes estudios han sido mezclados para obtener un resultado "combinado", ¿era razonable hacer eso?	Si
6. ¿Cuál es el resultado global de la revisión?	Si
7. ¿Cuál es la precisión del resultado/s?	Si
8. ¿Se pueden aplicar los resultados en tu medio?	No
9. ¿Se han considerado todos los resultados importantes para tomar la decisión?	Si
10. ¿Los beneficios merecen la pena frente a los perjuicios y costes?	Si

ANEXO 3: Evaluación con la herramienta CASPE: Estudios de casos y controles

Adherencia a los patrones dietéticos Occidental, Prudente y Mediterráneo y riesgo de cáncer de mama: estudio MCC-España.	
1. ¿El estudio se centra en un tema claramente definido?	Si
2. ¿Los autores han utilizado un método apropiado para responder a la pregunta?	Si
3. ¿Los casos se reclutaron/incluyeron de una forma aceptable?	Si
4. ¿Los controles se seleccionaron de una manera aceptable?	Si
5. ¿La exposición se midió de forma precisa con el fin de minimizar posibles sesgos?	Si
6. ¿Qué factores de confusión han tenido en cuenta los autores? ¿Han tenido en cuenta los autores el potencial de los factores de confusión en el diseño y/o análisis?	Si
7. ¿Cuáles son los resultados de este estudio?	Si
8. ¿Cuál es la precisión de los resultados?	Si
9. ¿Te crees los resultados?	Si
10. ¿Se pueden aplicar los resultados a tu medio?	No
11. ¿Los resultados de este estudio coinciden con otra evidencia disponible?	Si

Asociaciones de la dieta mediterránea y patrones dietéticos derivados a posteriori con el riesgo de cáncer de mama y de pulmón: un estudio de casos y controles	
1 ¿El estudio se centra en un tema claramente definido?	Si
2 ¿Los autores han utilizado un método apropiado para responder a la pregunta?	Si
3 ¿Los casos se reclutaron/incluyeron de una forma aceptable?	Si
4 ¿Los controles se seleccionaron de una manera aceptable?	Si
5 ¿La exposición se midió de forma precisa con el fin de minimizar posibles sesgos?	Si
6 ¿Qué factores de confusión han tenido en cuenta los autores? ¿Han tenido en cuenta los autores el potencial de los factores de confusión en el diseño y/o análisis?	Si
7 ¿Cuáles son los resultados de este estudio?	Si
8 ¿Cuál es la precisión de los resultados?	Si
9 ¿Te crees los resultados?	Si
10 ¿Se pueden aplicar los resultados a tu medio?	No
11 ¿Los resultados de este estudio coinciden con otra evidencia disponible?	Si

Dieta mediterránea española y otros patrones dietéticos y riesgo de cáncer de mama: estudio EpiGEICAM de casos y controles	
1 ¿El estudio se centra en un tema claramente definido?	Si
2 ¿Los autores han utilizado un método apropiado para responder a la pregunta?	Si
3 ¿Los casos se reclutaron/incluyeron de una forma aceptable?	Si
4 ¿Los controles se seleccionaron de una manera aceptable?	Si
5 ¿La exposición se midió de forma precisa con el fin de minimizar posibles sesgos?	Si
6 ¿Qué factores de confusión han tenido en cuenta los autores? ¿Han tenido en cuenta los autores el potencial de los factores de confusión en el diseño y/o análisis?	Si
7 ¿Cuáles son los resultados de este estudio?	Si
8 ¿Cuál es la precisión de los resultados?	Si
9 ¿Te crees los resultados?	Si
10 ¿Se pueden aplicar los resultados a tu medio?	No
11 ¿Los resultados de este estudio coinciden con otra evidencia disponible?	Si

La adherencia a la dieta mediterránea se asocia con una menor probabilidad de cáncer de mama: un estudio de casos y controles	
1 ¿El estudio se centra en un tema claramente definido?	Si
2 ¿Los autores han utilizado un método apropiado para responder a la pregunta?	Si
3 ¿Los casos se reclutaron/incluyeron de una forma aceptable?	Si
4 ¿Los controles se seleccionaron de una manera aceptable?	Si
5 ¿La exposición se midió de forma precisa con el fin de minimizar posibles sesgos?	Si
6 ¿Qué factores de confusión han tenido en cuenta los autores? ¿Han tenido en cuenta los autores el potencial de los factores de confusión en el diseño y/o análisis?	Si
7 ¿Cuáles son los resultados de este estudio?	Si
8 ¿Cuál es la precisión de los resultados?	Si
9 ¿Te crees los resultados?	Si
10 ¿Se pueden aplicar los resultados a tu medio?	No
11 ¿Los resultados de este estudio coinciden con otra evidencia disponible?	Si

Dieta mediterránea y riesgo de cáncer de mama	
1 ¿El estudio se centra en un tema claramente definido?	Si
2 ¿Los autores han utilizado un método apropiado para responder a la pregunta?	Si
3 ¿Los casos se reclutaron/incluyeron de una forma aceptable?	Si
4 ¿Los controles se seleccionaron de una manera aceptable?	Si
5 ¿La exposición se midió de forma precisa con el fin de minimizar posibles sesgos?	Si
6 ¿Qué factores de confusión han tenido en cuenta los autores? ¿Han tenido en cuenta los autores el potencial de los factores de confusión en el diseño y/o análisis?	Si
7 ¿Cuáles son los resultados de este estudio?	Si
8 ¿Cuál es la precisión de los resultados?	Si
9 ¿Te crees los resultados?	Si
10 ¿Se pueden aplicar los resultados a tu medio?	No
11 ¿Los resultados de este estudio coinciden con otra evidencia disponible?	Si




13% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Quoted Text
- ▶ Cited Text
- ▶ Small Matches (less than 10 words)

Top Sources

- 9%  Internet sources
- 2%  Publications
- 11%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.