

INFORME

WEBINAR | NUTRICIÓN Y ONCOLOGÍA

El 30 de mayo de 2026, desde MACMA llevamos adelante un nuevo webinar, en esta oportunidad enfocado en nutrición y cáncer, con el objetivo de brindar herramientas e información basada en evidencia sobre el rol de la alimentación durante y después del tratamiento oncológico. La actividad estuvo a cargo de las Lic. Silvina Mayo y Yamila Sansiseña, especialistas en nutrición oncológica, quienes compartieron recomendaciones prácticas para promover hábitos saludables y mejorar la calidad de vida de las personas que atraviesan la enfermedad.

Durante el encuentro se destacó que la alimentación constituye una herramienta fundamental para el cuidado de la salud, no solo durante el tratamiento oncológico sino también en la prevención de enfermedades y en la mejora de la calidad de vida. En este sentido, se presentó la dieta mediterránea como uno de los modelos de alimentación con mayor respaldo científico, caracterizada por un alto consumo de frutas, verduras, legumbres, cereales integrales, frutos secos, aceite de oliva y alimentos frescos, promoviendo una nutrición equilibrada y sostenible en el tiempo.

Otro de los ejes abordados fue la relación entre alimentación e inflamación crónica, explicando cómo ciertos patrones alimentarios pueden contribuir a disminuir procesos inflamatorios asociados a distintas enfermedades. Asimismo, se resaltó la importancia de priorizar alimentos de alta calidad nutricional y limitar el consumo de productos ultraprocesados, azúcares añadidos y grasas de baja calidad.

La exposición también profundizó en el mantenimiento de un adecuado estado nutricional durante el tratamiento, haciendo especial hincapié en la importancia de preservar la masa muscular, asegurar una correcta ingesta proteica y adaptar la alimentación según las necesidades y síntomas de cada paciente. En este marco, se brindaron recomendaciones para abordar efectos secundarios frecuentes como diarrea, acidez, alteraciones digestivas, pérdida de apetito o cambios en el peso corporal.

Además, se desarrollaron conceptos vinculados a la microbiota intestinal y su influencia en la salud general, destacando el papel que cumplen una alimentación variada y equilibrada en el funcionamiento del sistema digestivo y en el bienestar integral de las personas. También se abordaron temas relacionados con el consumo de probióticos, alimentos fermentados y fibra alimentaria.

Finalmente, se dedicó un espacio a responder consultas frecuentes sobre alimentos que suelen generar dudas en pacientes oncológicos, como el café, el té, la miel, los edulcorantes, el tofu, la cúrcuma, el jengibre, los frutos secos y el aceite de oliva. Asimismo, se aclararon inquietudes vinculadas a posibles interacciones entre determinados alimentos y tratamientos hormonales, reforzando la importancia de contar con asesoramiento profesional individualizado y basado en evidencia científica.



El encuentro permitió acercar información clara, actualizada y práctica a las participantes, promoviendo una mirada integral de la salud y fortaleciendo el rol de la alimentación como parte del acompañamiento durante el proceso oncológico.

Desde MACMA, seguimos impulsando estos espacios como parte de nuestro compromiso con una mirada integral del cáncer, en línea con nuestra campaña Rosa Todo el Año, que busca acompañar, informar y estar presentes durante todo el año.

[YouTube](#)

Instagram: @macma.org

Mail: info@macma.org.ar

