

Una guia elaborada per Alícia ajuda a millorar l'alimentació dels malalts de càncer de pròstata

La Fundació Catalunya La Pedrera presenta la guia "Recomanacions dietètiques i culinàries durant el tractament del càncer de pròstata"



Productes i plats cuinats | Alícia

Sabíeu que el **càncer de pròstata** és el càncer més diagnosticat en els homes a l'estat espanyol? I que els tractaments que s'apliquen per combatre'l poden comportar efectes secundaris que poden comprometre l'alimentació?

Per aquest motiu la **Fundació Alícia**, responsable de la línia d'alimentació de la **Fundació Catalunya La Pedrera**, ha editat *Recomanacions dietètiques-culinàries durant el tractament del càncer de pròstata*. Una completa guia amb recomanacions dietètiques amb base científica i idees culinàries pràctiques que ajuden al malalt de càncer de pròstata a mantenir una **adequada alimentació durant el tractament de la malaltia** i contribueixen a **pal·liar els possibles efectes secundaris**.

El projecte, ha comptat amb la complicitat de l'**Hospital Clínic de Barcelona**, a través de l'experiència i el coneixement de la nutricionista **Núria Mundó**, la **Dra Begoña Mellado** i el **Dr Francesc Casas**. Durant la malaltia "poden aparèixer alteracions digestives com nàusees, vòmits o diarrea, malestar intestinal o pèrdua de pes", expliquen els professionals de l'Hospital Clínic. A més, afegixen, "**quan es reben tractaments hormonals, es pot desencadenar un desequilibri metabòlic** que pot comportar augment de pes, alteració dels lípids, hipertensió o osteoporosis entre d'altres".

En aquesta línia, la guia, que ja es pot consultar en format digital, planteja tant recomanacions i pautes dietètiques a seguir per a mantenir un bon estrat nutricional i físic durant tot el procés,

com també **idees de preparacions i receptes fàcils per al dia a dia**. "L'alimentació durant el tractament d'un càncer ha de ser segura, suficient i equilibrada, i en la mesura del possible ha de seguir el patró de dieta mediterrània, i anar-se adaptant a mesura que apareixen els efectes secundaris del tractament", explica la **Dra Elena Roura**, directora científica de la Fundació Àlicia.

La publicació vol arribar als malalts i familiars/cuidadors, però també al personal sanitari que pugui ser-ne un bon prescriptor i ajudar a millorar la qualitat de vida dels seus pacients.

[h3]Menjar durant el tractament del càncer[/h3]

Recomanacions dietètiques-culinàries durant el tractament del càncer de pròstata és el setè volum de la col·lecció *Menjar durant el tractament del càncer* promoguda per la Fundació Catalunya La Pedrera i que ja ha publicat guies específiques sobre el **càncer de mama**, el **càncer de cap i coll**, el **càncer colonorectal** i el **càncer de pulmó**, així com dues primeres guies de recomanacions generals, i **mites i creences sobre l'alimentació durant el tractament del càncer**.

La voluntat de la col·lecció és seguir creixent amb noves guies que abordin les especificitats i necessitats de diferents tipologies de càncer. L'objectiu és ajudar a les persones que en pateixen a mantenir un estat nutricional òptim i explicar les bases de l'alimentació un cop diagnosticada la malaltia.

Totes les publicacions poden trobar-se gratuïtament, en format digital i en català i castellà, a la web de La Fundació Catalunya La Pedrera (<https://www.fundaciocatalunya-lapedrera.com/ca>) i a la pàgina web de la Fundació Àlicia (<https://www.alicia.cat/ca/>).

La Fundació Àlicia, situada al complex de **Món Sant Benet** a Sant Fruitós de Bages, és un centre de recerca en cuina on s'**investiga en productes i processos culinàries**; on s'innova i es treballa per millorar l'alimentació de les persones, **amb especial atenció a les restriccions alimentàries i altres problemes de salut**; on es fomenta la millora dels hàbits alimentaris; i on es dona valor al patrimoni alimentari i gastronòmic dels territoris.