

Prólogo de la Organización Panamericana de la Salud a la edición en español .....	5
Prefacio .....	6
Panel .....	8
Observadores .....	8
Contribuyentes y Consultores .....	9
Revisores .....	9
Introducción .....	13

## PARTE I

### ANTECEDENTES

<b>1 Hábitos de alimentación y patrones de cáncer .....</b>	<b>20</b>
1.1 Hábitos alimentarios .....	22
1.2 Patrones de cáncer .....	37
<b>2 La dieta y el proceso del cáncer .....</b>	<b>58</b>
2.1 La naturaleza del cáncer .....	59
2.2 Causas del cáncer .....	61
2.3 Carcinogénesis .....	64
2.4 Exposición a agentes .....	64
2.5 Metabolismo de los agentes .....	65
2.6 Iniciación .....	67
2.7 Reparación del ADN .....	72
2.8 Promoción .....	73
2.9 Progresión .....	76
<b>3 Pruebas y conclusiones científicas .....</b>	<b>80</b>
3.1 Estudios epidemiológicos .....	81
3.2 Evaluación nutricional .....	88
3.3 Estudios biológicos y experimentales .....	91
3.4 Ponderación del riesgo .....	95
3.5 Evaluación de las pruebas .....	100

## PARTE II

### CÁNCERES, NUTRICIÓN Y ALIMENTOS

<b>4 Cánceres .....</b>	<b>105</b>
4.1 Boca y faringe .....	107
4.2 Nasofaringe .....	120
4.3 Laringe .....	125
4.4 Esófago .....	133
4.5 Pulmón .....	148
4.6 Estómago .....	170
4.7 Páncreas .....	204
4.8 Vesícula biliar .....	232
4.9 Hígado .....	236
4.10 Colon, recto .....	252
4.11 Mama .....	297
4.12 Ovario .....	342
4.13 Endometrio .....	349
4.14 Cuello del útero .....	358
4.15 Próstata .....	368
4.16 Tiroides .....	386
4.17 Riñón .....	393
4.18 Vejiga .....	403

## PARTE III

### NUTRICIÓN, ALIMENTOS Y CÁNCER

<b>5 Constituyentes alimentarios .....</b>	<b>434</b>
5.1 Energía y factores relacionados .....	436
5.2 Carbohidratos .....	449
5.3 Grasas y colesterol .....	459
5.4 Proteína .....	472
5.5 Alcohol .....	476
5.6 Vitaminas .....	484
5.7 Minerales .....	501
5.8 Otros compuestos bioactivos .....	506

<b>6</b>	<b>Alimentos y bebidas</b>	<b>514</b>
6.1	Cereales (granos)	516
6.2	Raíces, tubérculos y plátanos	521
6.3	Hortalizas y frutas	523
6.4	Leguminosas (legumbres)	535
6.5	Nueces y semillas	539
6.6	Carnes, aves, pescados y huevos	541
6.7	Leche y productos lácteos	550
6.8	Hierbas, especias y condimentos	553
6.9	Café, té y otras bebidas	559
<b>7</b>	<b>Procesamiento de alimentos</b>	<b>565</b>
7.1	Contaminantes	567
7.2	Aditivos alimentarios	576
7.3	Contaminantes microbianos	584
7.4	Sal, salado y refrigeración	587
7.5	Alimentos curados y ahumados	591
7.6	Cocción	594

## PARTE IV

### POLÍTICAS

---

<b>8</b>	<b>Recomendaciones</b>	<b>598</b>
8.1	Objetivos para las poblaciones, consejos para las personas	602
8.2	Principios	621
8.3	Importancia para otras enfermedades	629
<b>9</b>	<b>Implicaciones políticas</b>	<b>635</b>
9.1	La prevención y sus ventajas	637
9.2	Tendencias mundiales	651
9.3	Experiencia nacional	664
9.4	Agentes del cambio	677

### APÉNDICES

---

A	Otros informes	686
B	Nota sobre el método	696
C	El Fondo Mundial para la Investigación del Cáncer y el Instituto Estadounidense de Investigación sobre el Cáncer	699

<b>GLOSARIO</b>	<b>701</b>
-----------------	------------

---

<b>REFERENCIAS</b>	<b>709</b>
--------------------	------------

---