

L. NACIONAL

# Torrencial lluvia deja 3 fallecidos y arrastra autos en NL

▲ La fuerte precipitación ocasionada por el frente frío número 4, que azotó la noche del miércoles y madrugada del jueves a la zona metropolitana de Monterrey, provocó severas inundaciones en el municipio de Guadalupe por el desbordamiento de una represa

localizada en las laderas del Cerro de la Silla. La corriente arrastró al menos 13 vehículos hasta hacerlos chocar entre sí (en la imagen). También se reportaron afectaciones en la capital del estado y otras cuatro localidades. Foto Afp RAÚL ROBLEDO, CORRESPONSAL / P 25



**LAS CORRIENTES ARRASTRARON AUTOS**

# Tres muertos a causa de aguaceros en Monterrey

## Investigarán desbordamiento de una represa en Guadalupe

**RAÚL ROBLEDO**  
CORRESPONSAL  
MONTERREY, NL

Tres personas murieron a causa de lluvias torrenciales ocasionadas por el frente frío número 4 que azotaron la noche del miércoles la zona metropolitana de Monterrey, Nuevo León. Los aguaceros provocaron inundaciones en el municipio de Guadalupe, donde el Ejército Mexicano activó el Plan DN-III-E de ayuda a la población.

La Dirección de Protección Civil estatal informó que las localidades con mayores estragos fueron Monterrey, San Nicolás de los Garza, Apodaca, Juárez y Cadereyta. Reportó que se hallaron dos cadáveres en la capital, uno de ellos en la esquina de las avenidas Lincoln y Jaumave, y el otro debajo de un automotor ubicado en calles de la colonia Valle de Infonavit.

La tercera víctima mortal fue un varón cuyo cuerpo fue encontrado cerca de un automóvil estacionado en el cruce de las calles Colón y Guadalupe, en el municipio del mismo nombre. Autoridades señalaron que los ahora occisos presumiblemente se ahogaron luego de ser arrastrados por corrientes que formaron las precipitaciones.

Un punto crítico fue la confluencia de la avenida Leones y Rangel Frías, en Monterrey, donde algunos vehículos quedaron atascados en el agua, mientras en la avenida Gonzalitos y sus cruces con Leones y Ruíz Cortines hubo altos encharcamientos.

Los cierres viales en avenidas y calles principales de Monterrey y San Nicolás de los Garza comenzaron el miércoles alrededor de las 11:30 de la noche. Una hora después, Protección Civil reportó 16 inundaciones en domicilios, 74 vehículos varados, dos árboles caídos, cinco cortocircuitos y un cable caído en esas demarcaciones.

Las tormentas ocurridas la noche del miércoles y madrugada del jueves desbordaron una represa en la colonia Nuevo México del municipio de Guadalupe, ubicada en las laderas del Cerro de la Silla.

Esto generó corrientes que arrastraron por lo menos 13 vehículos hasta hacerlos chocar entre sí en la confluencia de las calles José López Portillo y Benito Juárez, que efectivos militares acordonaron para evitar que curiosos se acercaran, pues había material peligroso como trozos de metal y cables eléctricos.

Lizbeth Rodríguez, una vecina afectada, narró que antenoche poco después de las 23 horas escuchó un estruendo y vio que una fuerte corriente bajaba por la calle arrastrando autos y camionetas.

“Sólo mirábamos el agua, no podíamos hacer nada, se desbordó la presa y se llevó los carros, fue un desastre y se taparon las alcantarillas, se llenaron de basura, y todos los carros se fueron”, relató.

Luego de que la Secretaría de la Defensa Nacional aplicó en Guadalupe en operativo DN-III-E, se

esperaba que personal de Servicios Públicos de Guadalupe retirara de la colonia México Nuevo los automotores y escombros con maquinaria.

Aunado a esta situación, los colonos de este sector también se quedaron sin servicios de agua potable y energía eléctrica.

“Estamos indagando quién hizo la represa y si se le estaba dando el cuidado y mantenimiento adecuado, y ya con el estudio nosotros podremos saber cómo remediar para que no vuelva a suceder”, dijo el alcalde de Guadalupe, Héctor García.

Con información de *ABC Noticias*

**▲ Al menos 13 vehículos colisionaron ayer tras ser arrastrados por una corriente de agua en la colonia Nuevo México del municipio de Guadalupe, Nuevo León, tras las intensas lluvias. Foto tomada de la cuenta de Facebook *Trascendente Mx***







## LE EXIGE DISCULPA A CALDERÓN POR GARCÍA LUNA CLAUDIA SHEINBAUM

# 'FCH debería pedir perdón'

### CONSIDERA QUE ES UN CINISMO LO DICHO POR EX MANDATARIO

POR C. NAVARRO Y F. GARCÍA

PAIS@ELHERALDODEMEXICO.COM

La presidenta Claudia Sheinbaum llamó cínico e hipócrita al expresidente Felipe Calderón, por lo dicho tras la sentencia de su exsecretario de Seguridad, Genaro García Luna. Lo que debería hacer el panista, "es pedir perdón, al menos", dijo la mandataria.

Y es que Calderón afirmó en su cuenta X, que "enfrentar al crimen organizado como Presidente de México fue una de las decisiones más difíciles de mi vida. Pero lo volvería a hacer, porque es lo correcto".

Sheinbaum descartó que se vaya a iniciar una investigación contra el ex presidente. Señaló que no van a entrar en ese debate, pero sí llamó a la reflexión sobre la decisión de Calderón, respecto a si sabía de los vínculos de su secretario de Seguridad con el crimen organizado.

"¿Sabía o no Felipe Calderón?, él dice que no, los invito a reflexionar si sabía o no. Si se le juzga o no, nosotros no vamos a entrar en eso, lo que queremos es que no se olvide y a quienes representan, y cómo tiene el cinismo, la hipocresía de que lo volvería a hacer, o sea ¿cómo?, y luego su propio partido se deslinda, pero ese mismo partido llama a declarar terrorismo, cuando se dice es que están buscando intervención extranjera en México", afirmó la mandataria.

El miércoles, el juez estadounidense Brian Cogan dictó 38 años de prisión contra Genaro García Luna por delitos como participar en una empresa criminal continua o la conspiración para la distribución internacional de cocaína, entre otros.

#### LLAMAN AL BANQUILLO

**1** Diputados de Morena exige a la FGR que se llame a declarar a panistas.

**2** Felipe Calderón, Marko Cortés y Ricardo Anaya serían los señalados.





- **SEÑALA.** La presidenta de México criticó al exmandatario Calderón por su guerra contra el crimen.



**FLUYE FENTANILO A EU**

# Pasan 20 cargamentos por cada incautación

El Gobierno de Estados Unidos logró encarcelar a Joaquín *El Chapo* Guzmán e Ismael *El Mayo* Zambada (quien hoy se presenta ante una Corte Federal de Brooklyn, en Nueva York), a quien identifica entre sus principales objetivos en la lucha contra el tráfico de fentanilo, pero la droga que mata a más de cien mil estadounidenses al año, sigue fluyendo hacia la Unión Americana, donde por cada cargamento interceptado 20 más logran pasar, calcula un informe elaborado por la Agencia Antidrogas (DEA, por su siglas en inglés). **Pág. 4**

## EL FENTANILO FLUYE, SIN FRENO, DE MÉXICO A EU

# Pasan 20 cargamentos por cada incautación

### Informe de la DEA señala que los decomisos son intermitentes frente al cruce constante de droga

**ROXANA GONZÁLEZ**

El gobierno de Estados Unidos logró encarcelar a Joaquín *El Chapo* Guzmán e Ismael *El Mayo* Zambada, sus principales objetivos en la lucha contra el tráfico de fentanilo, pero la droga que mata a más de cien mil estadounidenses al año, sigue fluyendo hacia la Unión Americana, donde por cada cargamento interceptado 20 más logran pasar, calcula un informe elaborado por la Agencia Antidrogas (DEA, por su siglas en inglés).

El reporte, el cual analiza el avance en el tráfico de fentanilo desde México y China, destaca además que la producción y tráfico de esta droga, considerada 50 veces más potente que la heroína, ha

provocado que surjan nuevos cárteles en ciudades mexicanas de la frontera norte, como Juárez, Mexicali, Tijuana, Matamoros y Nuevo Laredo.

“Organizaciones criminales como el Nuevo Cártel de Juárez –aliado del Cartel Jalisco Nueva Generación (CJNG)– han creado grupos como Delta, para que funcionen como brazos armados en la pelea por el control de plazas para el tráfico de fentanilo, droga que ha transformado el panorama criminal en ambos lados de la frontera al ser una sustancia excepcionalmente mortal, barata de producir y fácil de disfrazar”, destaca la DEA.

Agrega que a los cárteles les cuesta tan sólo 10 centavos de dólar producir una pastilla falsa con fentanilo que se

vende en Estados Unidos entre cinco y 25 dólares por pastilla. “Como resultado, los cárteles ganan miles de millones de dólares con el tráfico ilícito de fentanilo a Estados Unidos”, afirma.

La intermitencia de los decomisos del opioide, según el reporte, refleja un tráfico permanente desde México, mientras que sólo se está logrando interceptar una mínima parte, “en proporción de un decomiso por 20 cargamentos que logran cruzar, si se considera el incremento de consumidores y muertes por sobredosis en todo Estados Unidos”.



Cifras de la Oficina de Aduanas y Protección Fronteriza (CBP) indican que entre 2017 y el año pasado, las incautaciones de fentanilo aumentaron más de mil 700 por ciento, mientras el número de fallecidos por sobredosis pasó de 36

mil a 108 mil, es decir creció tres veces.

En lo que va de 2024 se han decomisado un total de siete mil 245 kilos de esta droga en todo Estados Unidos, de acuerdo con las cifras de CBP.

Apenas el 1 de julio pasado, autoridades estadounidenses realizaron el decomiso más grande del opioide en la historia de ese país en un puerto fronterizo de Arizona, el cual tenía un valor de más de 12 millones de dólares en el mercado negro. El cargamento interceptado contenía cuatro millones de píldoras de fentanilo azul, con un peso de casi media tonelada, que fueron aseguradas y presuntamente, habían sido enviadas por el Cártel de Sinaloa a Sonora para ser traficadas a la Unión Americana.

Hace casi un año, el 26 de octubre de 2023, el Gobierno de Estados Unidos puso en marcha desde el puerto de entrada de San Ysidro, en California, una

operación de alcance nacional contra el tráfico y suministro ilegal de fentanilo y otras drogas sintéticas.

El comisionado de la Oficina de Aduanas y Protección Fronteriza (CBP), Troy Miller, dijo al presentar la Operación que su agencia eligió para lanzar la iniciativa la garita de San Ysidro, condado de San Diego (en el límite con Tijuana, Baja California), porque el puerto de entrada realiza 47 por ciento de las incautaciones de fentanilo en la frontera con México.

De este lado de la frontera el panorama es diferente, ya que entre el 1 de septiembre de 2023 al 30 de junio pasado, las autoridades mexicanas sólo lograron incautar 130 kilogramos de fentanilo, según consta en el sexto y último informe de Gobierno del ahora expresidente Andrés Manuel López Obrador.

El reporte de la DEA refuerza, además, la tesis de que China es el país proveedor de los precursores químicos con los que los cárteles mexicanos, principalmente el CJNG y el de Sinaloa producen el fentanilo para trafcarlo a Estados Unidos. "Son empresas chinas las que proveen a los cárteles mexicanos de químicos para producir millones de pastillas de fentanilo que de alguna manera están entrando a Estados Unidos", afirma el análisis.

"Debido a que el fentanilo es tan potente, incluso los consumidores de drogas experimentados pueden sufrir una sobredosis si cometen pequeños errores de dosificación, o si un lote incluye una versión más fuerte de la habitual", alerta Juan Daniel Jiménez, especialista en adicciones.

De acuerdo con el experto, quien trabaja como investigador en la Universidad de Texas, uno de los estados por los que, de acuerdo con la DEA se trafica más fentanilo, las sobredosis de esta droga entre los adolescentes estadounidenses se han duplicado en la última década porque muchos han tomado pastillas de fentanilo que creían que contenían una droga diferente.

"El fentanilo por sí solo se ha convertido en una de las principales causas de muerte en Estados Unidos, leí que sólo en el 2022 mató a más estadounidenses que las guerras de Vietnam, Irak y Afganistán juntas y sí lo creo porque ese año se reportaron unos 74 mil decesos por sobredosis, mientras que las tres guerras en conjunto mataron a poco más de 65 mil estadounidenses", agregó el experto en entrevista.

## DEA

*El fentanilo (...) ha transformado el panorama criminal en ambos lados de la frontera al ser una sustancia excepcionalmente mortal"*



# 100

**MIL ESTADOUNIDENSES** mueren anualmente por sobredosis de fentanilo



**Adictos al fentanilo** en calles de San Francisco

CORTESÍA: @CBP



**Hasta agosto**, agentes fronterizos incautaron más de 4 mil 535 kilos de droga en California



# Alista Sheinbaum iniciativa de Ley General de Transparencia

Claudia Sheinbaum alista una iniciativa de Ley General de Transparencia, cuyo objetivo es garantizar que la nueva Secretaría Anticorrupción y de Buen Gobierno lleve a cabo las funciones del Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (Inai) e iniciar una “nueva era de la transparencia proactiva”.

Raquel Buenrostro, quien encabeza la secretaría, indicó que la iniciativa mantiene que “los sujetos obligados deberán promover, respetar, proteger y garantizar los derechos de acceso a la información pública y a la protección de datos personales”. Dijo que en los primeros 100 días, la secretaría restructurará la administración pública.—Eduardo Ortega / PÁG. 45



**Secretaría Anticorrupción.** Asumirá el rol del Inai sin ser juez y parte.



# Buenrostro, a la secretaría que asumirá el rol del Inai

SE LLAMA ANTICORRUPCIÓN Y BUEN GOBIERNO

La presidenta Sheinbaum alista una reforma a la Ley de Transparencia

EDUARDO ORTEGA

eortega@elfinanciero.com.mx

En sus primeros 100 días de gobierno, la presidenta Claudia Sheinbaum alista la presentación de una iniciativa de Ley General de Transparencia, la cual tiene como objetivo garantizar que la nueva Secretaría Anticorrupción y de Buen Gobierno llevé a cabo las funciones del Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (Inai) e iniciar así una “nueva era de la transparencia proactiva”.

La iniciativa que elabora el gobierno de Sheinbaum, quien ordenó cambiar de nombre a la Secretaría de la Función Pública a Anticorrupción y de Buen Gobierno, tiene como objetivo evitar que esta dependencia sea juez y parte, mediante la participación de tribunales administrativos.

Raquel Buenrostro, titular de esta secretaría, explicó que esta iniciativa mantiene que “los sujetos obligados deberán promover, respetar, proteger y garantizar los derechos de acceso a la información pública y a la protección de datos personales”.

Puntualizó que la Secretaría Anticorrupción reestructurará la administración pública: dará acompañamiento al Tren Maya, al sector salud y seguridad alimentaria, entre otros, para evitar corrupción; planteará reformas a la Ley de Adquisiciones y a la Ley de Obras; realizará la primera rueda de negocios entre compradores públicos, micro, pequeñas y medianas empresas y empresas sociales, y recuperará el histórico de Compranet.

Explicó que se busca “pasar de un enfoque correctivo a un enfoque

preventivo”, por lo que en “la nueva era de la transparencia proactiva” habrá “más rendición y menos gasto”; así como “cero lujos, menos burocracia y más eficiencia”.

Dijo que, junto con la Agencia de Transformación Digital, se realizará “la digitalización más grande de la historia” y llegará “una política de datos abiertos y de fácil acceso”.

“La transparencia proactiva significa mejor rendición de cuentas y más confianza de la sociedad en las instituciones”, aseguró Buenrostro.

El líder de Morena en la Cámara baja, Ricardo Monreal, afirmó en días pasados que la discusión de la desaparición de órganos autónomos se hará antes de diciembre.



**Conferencia.** Raquel Buenrostro, secretaria Anticorrupción, ayer.



## CONGRESO TIENE UN PAPEL FUNDAMENTAL EN LA ESCENA POLÍTICA: SAÚL MONREAL MÉXICO P.4



CARLOS GARCÍA

### SOBRE REFORMA AL PJ, FALTAN 70 MODIFICACIONES

# ‘Somos parte de una Legislatura histórica’

## Pláticas de café SAÚL MONREAL, SENADOR DE MORENA. CELEBRA QUE EN SAN LÁZARO YA SE HAN APROBADO CUATRO INICIATIVAS Y SE ESTÁ TRABAJANDO EN NUEVOS NOMBRAMIENTOS

LILLIAN REYES

**E**l senador Saúl Monreal afirmó que, como nunca, el Congreso ha tenido a su cargo la discusión de temas trascendentales para el país, por lo que juega un papel fundamental en la escena política.

“La verdad, estoy muy contento porque somos protagonistas de la historia que se está viviendo en México, de esta Cuarta Transformación. Hacía memoria de qué Legislatura había empezado con este ritmo y muy pocas veces, en los años recientes no había existido este ritmo de trabajo”, señaló en entrevista con **24 HORAS**.

El legislador morenista detalló que en lo concerniente a la reforma constitucional con relación al Poder Judicial se realizarán modificaciones a más de 70 ordenamientos legales, como las que fueron remitidas por la presidenta Claudia Sheinbaum y que ya fueron avaladas por el Congreso, pero hay una amplia agenda de asuntos por atender.

“Llevamos ya más de cuatro reformas constitucionales que le van a ayudar al pueblo de México: reconocimiento de los pueblos indígenas, Guardia Nacional, lo relativo a los salarios mínimos, pero además lo concerniente a nombramientos, como en el caso de la presidenta de la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH). Mucho trabajo por delante, como la desaparición de los órganos autónomos, entre otros”, señaló.

RESULTADOS

Con respecto a la reforma judicial, el senador zacatecano expresó que esta traerá muchos beneficios para los ciudadanos, por ello, subrayó que no deben dejarse llevar por lo que dice la oposición: “Decían que

**video** el dólar iba a subir hasta los 30 pesos, que iba a haber inestabilidad económica, que el Poder Judicial iba a perder autonomía y nada de eso pasó. Ahorita el peso está más estable que nunca, la inflación no ha subido, estamos en un buen momento”, expresó.

Sobre la integración de la Guardia Nacional a la Secretaría de la Defensa Nacional, manifestó que abonará a combatir la violencia en los municipios, ya que muchos de ellos no cuentan con un cuerpo policiaco fuerte para hacer frente a la delincuencia.

“Celebro y estoy seguro de que en los próximos meses se darán buenos resultados en seguridad pública”

Además, indicó que el Senado de la República es la única instancia para evaluar la estrategia de seguridad pública y resaltó que esta nueva propuesta generará mejores resultados.

“La estrategia se va a enfocar en inteligencia e investigación. Ahora, esto complementado con una fuerza que representa la Guardia Nacional fuerte, con el involucramiento de las Fiscalías a nivel federal y estatal, esto va a ayudar bastante. El papel de nosotros como senadores es apo-

yar, todo para el bien de todo México, la seguridad es una petición generalizada en todas las regiones que debemos cumplir”, dijo.

Respecto a la renovación de la presidencia de la CNDH, señaló que la convocatoria está emitida y sostuvo que es probable que pueda reelegirse la actual titular, Rosario Piedra, pues ha hecho un buen trabajo al frente de la institución.

“Ojalá que se dé la reelección, pero vamos a revisar los perfiles. Ya está caminando el proceso y yo espero que en los próximos días tengamos al presidente o presidenta de Derechos Humanos, porque hay temas importantes a los que se debe dar seguimiento, en los rubros como el migratorio, tenemos hasta el 15 de noviembre”, señaló el integrante de la Comisión de Justicia.

Somos protagonistas de la historia que se está viviendo en México, de esta Cuarta Transformación. Hacía memoria de qué Legislatura había empezado con este ritmo y muy pocas veces, en los años recientes. No había existido este ritmo de trabajo”

**SAÚL MONREAL**  
Senador de Morena





CARLOS GARCÍA

**POSTURA.** Asegura que la reforma judicial y el pase de la Guardia Nacional a la Sedena traerán beneficios.



NACIONAL

## Cambio de vida

Ante la incidencia, cada vez más frecuente, de cáncer de mama en mujeres más jóvenes, los médicos recomiendan una serie de acciones para prevenir esta afección, que cobra la vida de más de siete mil mujeres al año en México



#OctubreRosa

# CAMBIO DE VIDA

Ante la incidencia, cada vez más frecuente, de cáncer de mama en mujeres más jóvenes, los médicos recomiendan una serie de acciones para prevenir esta afección, que cobra la vida de más de siete mil mujeres al año en México

**POR ELIZABETH GONZÁLEZ  
MANRIQUE**

@Elisagmr

**A**nte las devastadoras cifras que indican que más de siete mil mujeres mueren de cáncer en México al año, especialistas recomiendan cambios en el es-

tilo de vida para prevenir esta enfermedad cuya causa aún se desconoce.

Se trata de una de las principales causas de muerte en mujeres en México y la primera en mujeres en edad laboral. Se calcula que cada día fallecen alrededor de 10 y 12 mujeres por esta enfermedad.

A pesar de que la mayor incidencia de cáncer de mama se da a los 58 años, cada vez es más frecuente encontrar pacientes más jóvenes, de entre 35 a 45 años.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es un problema global que cobra la vida de más de 658 mil personas cada año.



En el marco del Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama, conmemorado el 19 de octubre, es importante conocer cómo prevenir esta enfermedad por la que 7 mil 838 mujeres pierden la vida al año en nuestro país.

### ¿Es posible prevenir el cáncer de mama?

El doctor Hugo Palafox, vicepresidente de Asuntos Científicos de Inmunotec, quien cuenta con 15 años de experiencia en temas relacionados con antioxidantes, alimentos funcionales, biotecnología y nutrición, menciona que fortalecer el sistema inmunológico, a través de la ingesta de antioxidantes, es vital para prevenir el cáncer de mama.

“Para fortalecer el sistema inmune hay muchas estrategias, pero las dos más importantes para mí serían el consumo de antioxidantes, pues al sistema inmune le van muy bien los antioxidantes, esta es una realidad científica y los antioxidantes, pues vienen de su enorme ma-

yoría del mundo vegetal, entonces todo lo que sea ingesta de frutas y verduras o suplementos con extractos de frutas y verduras y que esos extractos sean ricos en antioxidantes, pues siempre van a ser muy buena idea.

“En cuanto a nutrición sería una estrategia muy buena, no, pero la que sin duda es mejor es una dirigida al consumo de precursores de glutatión, eso es como que vamos a ir directo a la maquinaria inmunológica. Los precursores de glutatión, los más investigados, los más patentados, los más sostenibles a largo plazo se obtienen a través del consumo de proteínas aisladas de suero de leche, pero proteínas no desnaturalizadas o en su forma nativa se conoce también estas son un cuestión demostrado una eficacia enorme”, asegura Palafox.

De acuerdo con Inmunotec y el médico Hugo Palafox, hay cua-

tro acciones clave para prevenir el cáncer de mama: fortalecer el sistema inmunológico, moderar el consumo de alcohol, mantener actividad física constante y realizar autoexploraciones regulares.

Palafox señala como enemigos del sistema inmune a una serie de acciones que caracterizan la vida en la actualidad: el consumo de alimentos procesados, no descansar lo suficiente y estar constantemente expuestos al estrés crónico.

“Podemos verlo desde los hábitos que fortalecen a este inmune o los que afectan al sistema inmune, uno de ellos, definitivamente, es la nutrición, hay un descuido en nuestra nutrición, óptima. Estamos consumiendo alimentos ricos en azúcar añadida, aceites refinados, cosas fritas, por ejemplo, está ya muy bien demostrado, que el consumo frecuente no de cosas fritas o carbohidratos refinados con azúcar o con aceite refinados, puede promover problemas en el sistema inmune y al mismo tiempo descuidamos la ingesta la ingesta de grasas saludables.

“El no tener esta disciplina constante de acercarnos con un nutriólogo, tener organización en la vida que permita tener una nutrición, dentro de lo que cabe, adecuada. Otro problema es la mala gestión del descanso, o sea no hay descanso de calidad el sistema inmune cuando mejor trabaja es durante el sueño entonces el poner cuidado en rehabilitar mi sueño es un es un punto importantísimo. También la falta de actividad física genera dificultades, ya que el sistema inmune se fortalece cuando hay el hábito de hacer actividad física. Si a esto le sumamos estrés, el estrés crónico qué es diferente al estrés esporádico, este tipo de estrés no se va e, incluso, se acumula. En estos casos, ahí tienes un combo bastante problemático para el sistema inmune y que puede abrir la puerta al cáncer de mama”, explica Palafox.

### Cada vez más jóvenes

El cáncer de mama ataca cada vez con más frecuencia a mujeres jóvenes, desde los 25 años

de edad, algo poco común hace algunos años, cuando la incidencia de esta enfermedad se registraba en el grupo de las adultas mayores, es decir, mujeres de 60 y más años.

Al respecto, el vicepresidente de Asuntos Científicos de Inmunotec, menciona que aunque las investigaciones al respecto aún no son conclusivas, el surgimiento de cáncer de mama en mujeres jóvenes puede estar relacionado con el envejecimiento acelerado, el cual se manifiesta más rápido de lo previsto.

“Hay un tema que está relacionado con el cáncer de mama y con muchas otras enfermedades, se trata del envejecimiento acelerado, algo que por años se ha discutido, el cáncer se está manifestando un poco más rápido de lo que se solía ver antes, incluso se dice de se ha adelantado unos 10, 20 años y un ejemplo precisamente es que estamos viendo en personas mucho más jóvenes enfermedades que antes eran más características de la tercera edad, incluyendo cáncer.

“Por ello se están estudiando cuáles son esos factores para acelerar el envejecimiento y todo va a caer en nuestros hábitos, que no están permitiendo que nuestro sistema inmune nos proteja, porque finalmente el sistema inmune es el que nos protege contra células de cáncer o la proliferación de un cáncer, es parte de sus funciones, entonces, si envejecemos un poquito más rápido, quiere decir que se acumula la inflamación, que es una característica del envejecimiento, debido a que caen mis defensas, cae glutatión es una característica clásica entonces tiene que ver mucho con los hábitos”, concluyó.



**El cáncer de mama ataca cada vez con más frecuencia a mujeres jóvenes, desde los 25 años de edad, algo poco común hace algunos años, cuando la incidencia de esta enfermedad se registraba en el grupo de las adultas mayores, es decir, mujeres de 60 y más años**

**Fortalecer el sistema inmunológico, a través de la ingesta de antioxidantes, es vital para prevenir el cáncer de mama**

### La ruta a seguir

**Hay cuatro acciones clave para prevenir el cáncer de mama:**

- ▶ Fortalecer el sistema inmunológico
- ▶ Moderar el consumo de alcohol
- ▶ Mantener actividad física constante
- ▶ Realizar autoexploraciones regulares



