


# La angiogénesis: nuestro mayor aliado en la lucha contra el cáncer





¿Sabías que los seres humanos estamos en continuo desarrollo de células cancerígenas, desde el momento en el que nacemos?

Así es...  
todos nosotros.

**Formas microscópicas de cáncer del tamaño de la punta de una pluma, se encuentran desarrollándose en nuestros cuerpos en este momento.**

**Sin embargo, estas células cancerígenas, al ser muy pequeñas son inofensivas y mientras no invadan a tus órganos o se reproduzcan sin control, no pueden hacerle daño a tu salud.**


Para mantenerlas de este tamaño, el cuerpo tiene un sistema de defensa impresionante, que permite al organismo interceptar el cáncer y mantenerlo en control. **A este sistema tan importante para la salud, se le conoce como angiogénesis.**

La angiogénesis es el proceso del cuerpo humano para la creación y conservación de los vasos sanguíneos; estos incluyen:

**arterias, arteriolas, capilares, vénulas y venas.**

Este proceso, regula cuándo y dónde crecen estos vasos sanguíneos, según las diferentes necesidades del organismo.

Un ejemplo, es cuando hacemos ejercicio y el cuerpo necesita más oxígeno; para continuar haciendo el esfuerzo físico, tus vasos sanguíneos se expanden hacia el músculo, para de esta forma aumentar el flujo de sangre y junto con este, la cantidad de oxígeno.



**Cuando nuestro cuerpo pierde la capacidad de controlar a la angiogénesis, es cuando aparece el cáncer como enfermedad y comienza a reproducirse sin control (metástasis).**

Para que estos tumores dejen de crecer y reproducirse, es importante que la angiogénesis actúe como sistema de defensa y corte el abastecimiento de sangre a estos tumores. Aquí es donde comienza su papel, como nuestro aliado en la lucha contra el cáncer.

**En nuestro cuerpo, tenemos inhibidores naturales de la angiogénesis, que justamente actúan para detener la creación y conservación de los vasos sanguíneos que alimentan a los tumores cancerígenos.**



Mientras no haya un crecimiento de estas redes de transporte sanguíneo, el cáncer permanecerá dormido y neutralizado.

De igual forma, el torrente sanguíneo puede servirle al cáncer como transporte para que las células malignas lleguen a otros tejidos de tu cuerpo y se reproduzcan. En este caso, también es importante la regulación de la angiogénesis.

Te dejamos el siguiente link de este video ilustrandote un poco más el tema de angiogénesis.



**Click aquí**

Lo que nos toca hacer a nosotros es estimular nuestras defensas de angiogénesis, ayudando a conservar el equilibrio normal de vasos sanguíneos de nuestro cuerpo. **Pero, ¿cómo podemos ayudar a nuestro cuerpo a regular la angiogénesis y a luchar contra el desarrollo cancerígeno?**

**La respuesta la puedes encontrar en tu misma casa: a través del consumo de los alimentos correctos.**



Libera tu Salud tiene para ti un programa que te explica la manera de combinar y consumir tus alimentos para prevenir el cáncer, búscalo bajo el título: “Prevén el cáncer desde tu cocina” que podrás encontrar en la herramienta <<Dietas y programas>> de nuestra página. Poner botón

Libera tu salud, buscando siempre tu bienestar.

#### Bibliografía

Anderson SC, Cryan JF, Dinan TG. The psychobiotic revolution the psychobiotic revolution: Mood, food, and the new science of the gut-brain connection. Washington, D.C., DC: National Geographic Society; 2019.

Aklilu TD. Bacterias firmicutes: por qué son importantes [Internet]. BIOMES - Feel better. 2019 [cited 2023 May 31]. Available from: <https://biomes.world/es/sin-categorizar/bacterias-firmicutes/>

Hammer P. Bacteroidetes: por qué debes cuidarlas [Internet]. BIOMES - Feel better. 2019 [cited 2023 May 31]. Available from: <https://biomes.world/es/cosas-a-saber/intestino/bacterias-intestinales/bacteroidetes/>  
Bacterias ¿Malas o buenas? (2023). Available from <https://youtu.be/vglrMxDKHZE>