**El magnesio y el cáncer**

Como uno de cada dos hombres y una de cada tres mujeres desarrollaran cáncer a lo largo de su vida, es importante mencionar la relación del cáncer con la deficiencia del magnesio.

J. I. Rodale escribió en una publicación de 1963 las evidencias de doctores franceses, entre ellos el dr. Delbert, en donde mencionaban que el magnesio actua como un freno sobre la replicación de las células cancerosas.

Cuando hay una perdida de magnesio decrece la vitalidad, la resistencia y la regeneración celular.

En 1993, el doctor Mildred Seelig, en su escrito “ Magnesium in oncogénesis and in anti-cáncer treatment “, hacia notar la intima relación entre la deficiencia del magnesio y el cáncer.

En donde el magnesio funciona como medicina preventiva.

En 2015, un estudio publicado en the British journal of cáncer llamado “ Magnesium intake and incidence of pancreatic cáncer “, menciona que en un estudio en mas de 66,000 hombres y mujeres entre los 50 y 76 años , analizando la relación entre magnesio y el cancer de páncreas, se comprobó que con la disminución de cada 100 mgs por dia de magnesio se producia un 24 por ciento de incremento en la incidencia de cáncer de páncreas.

“ Para aquellos que tengan un alto riesgo de cáncer de páncreas, agregar suplementos de magnesio a su dieta beneficiara la prevención de la enfermedad “

El centro nacional de cáncer de Japon en Tokyo encontró que el magnesio reduce el riesgo de cáncer de colon en los hombres

En un extenso estudio de 8 años en 40,830 hombres y 46,287 mujeres con edades promedio de 57 años, el consumo diario minimo de 327 mg. por dia estuvo asociado con un 52 por ciento de reducción del riesgo de contraer cáncer de colon en comparación con los que tomaron cantidades menores.

Y en donde se encontró que la mujeres necesitan cantidades mas altas de los 327 mg. de magnesio por dia para producir y procesar sus hormonas.

De acuerdo a los investigadores, el mecanismo es el siguiente :

El magnesio inhibe la inflamación relacionada con el cáncer de colon modulando las actividades y estabilidad de los cromosomas de las células.

Por ello se recomienda dar magnesio a las personas que presentan inflamación del colon y asi reducir el riesgo de cáncer de colon.

En otro estudio, de un grupo de 1,170 mujeres con cáncer de senos llevado a cabo por 87.4 meses después del diagnostico, se encontró que una dieta alta de magnesio reducia el riesgo de muerte.

Si la persona tiene mas calcio que magnesio su probabilidad de sobrevivir es menor.