

Fuente: Mujeres

Fecha: 17 de diciembre de 2009

Título: DAR DE MAMAR MEJORA LA SALUD CARDIACA DE LA MADRE

Link: <http://www.mujeres.cubaweb.cu/articulo.asp?a=2009&num=468&art=32>

Salud

[Imprimir](#) **Publicado
en No. 468**

DAR DE MAMAR MEJORA LA SALUD CARDIACA DE LA MADRE



Se sabe que la lactancia ayuda a las mujeres a bajar el peso que subieron durante el embarazo, mejora la tolerancia a la glucosa y el metabolismo del colesterol, entre otros.

Hoy un nuevo estudio ha encontrado otro beneficio de dar el pecho, y es que mejora la salud cardiovascular de la madre, según lo demuestra una investigación publicada en la revista especializada *Obstetrics and Gynecology*.

El estudio fue realizado con mujeres posmenopáusicas que habían alimentado a sus hijos con el pecho por períodos de más de doce meses, y encontró que estas mujeres tenían casi un 10% menos de probabilidades de desarrollar enfermedades cardiovasculares y también eran significativamente menos propensas a desarrollar factores de riesgo para la enfermedad cardíaca tales como presión arterial alta, diabetes y elevado colesterol.

Según señala la Dra. Eleanor Bimla Schwarz, de la Universidad de Pittsburgh, el estudio comprobó que "mientras mayor era el tiempo dedicado a la lactancia, menor era el riesgo de que la mujer sufriera ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares o enfermedad similares".

Para evaluar si la lactancia materna marcaba o no la diferencia en la salud cardiovascular años después, Schwarz y sus colegas utilizaron los datos del estudio "Iniciativa de Salud de las Mujeres" en la que participaron cerca de 140,000 mujeres posmenopáusicas, siendo 63 años la media de edad de las mujeres del estudio.

Fuente: Neomundo