

# La lactancia materna también protege a las madres frente a la esclerosis múltiple

---

Publicado el: 09-04-2018

Cada vez son hay más evidencias sobre las bondades, ciertamente numerosas, de la lactancia materna. Y no solo para los bebés, para los que tomar el pecho constituye la forma idónea de lograr los nutrientes necesarios para crecer y desarrollarse de una forma saludable. También para las madres, para las que la lactancia materna se asocia a unos menores niveles de colesterol, presión arterial y azúcar en sangre tras el embarazo, así como a un inferior riesgo vitalicio de sufrir un infarto o un ictus.

Y a todo ello se suma, según muestra un nuevo estudio llevado a cabo por investigadores del Centro Kaiser Permanente de Pasadena (EE.UU.), que la lactancia materna también protege a las madres frente a la esclerosis múltiple.

Como explica Annette Langer-Gould, directora de esta investigación publicada en la revista «Neurology», «nuestro trabajo aporta más evidencias para apoyar que las mujeres que pueden dar el pecho a sus hijos lo sigan haciendo. Y es que además de otros beneficios tanto para la madre como para el bebé, la lactancia materna podría reducir el futuro riesgo de la madre de desarrollar esclerosis múltiple».

## Suma de bebés

Entre otros muchos beneficios, la lactancia materna se asocia a un menor riesgo para las madres de cáncer de ovario, cáncer de mama o diabetes tipo 2. Y a día de hoy ya se sabe que las mujeres con esclerosis múltiple tienen menos brotes –o ‘ataques’ de la enfermedad– durante el embarazo o mientras alimentan a sus bebés de forma exclusiva con la lactancia materna.

Como indica Annette Langer-Gould, «distintos expertos han sugerido que los niveles de hormonas sexuales son responsables de estos beneficios. Sin embargo, nuestra hipótesis es que la falta de ovulación también puede jugar un papel, por lo que queríamos ver si una mayor duración de la lactancia materna o un menor número de años totales de ovulación se asocian a un menor riesgo de esclerosis múltiple».

Para ello, los autores contaron con la participación de 397 mujeres que, con una edad promedio de 37 años, acababan de ser diagnosticadas de esclerosis múltiple o de síndrome clínico aislado –condición en la que el paciente sufre un primer episodio neurológico por la inflamación o desmielinización del tejido nervioso y que está considerada como un precursor de la esclerosis múltiple–. Y asimismo, con 433 mujeres sanas con edades similares a las de las pacientes.

Todas las mujeres respondieron a distintos cuestionarios en los que, entre otros factores, aportaron información sobre sus embarazos, uso de anticonceptivos hormonales y duración –de haberla llevado a cabo– de la lactancia materna. Los resultados mostraron que las mujeres que habían dado el pecho durante un periodo acumulado –a un único o más bebés– de 15 o más meses tenían un riesgo hasta un 53% inferior de desarrollar esclerosis múltiple o síndrome clínico aislado que aquellas que nunca habían dado el pecho o lo habían dado durante un máximo acumulado de cuatro meses.

Por su parte, las mujeres cuyo primer ciclo menstrual tuvo lugar a una edad de 15 o más años tuvieron una probabilidad un 44% menor de acabar padeciendo esclerosis múltiple que aquellas cuya primera menstruación se presentó cuando aún no habían cumplido los 12 años.

### **Más y más beneficios**

En definitiva, y tal y como ocurre con la lactancia materna, parece que la edad de inicio de la menarquia –o primer sangrado menstrual– también influye en el riesgo de esclerosis múltiple. Una influencia, sin embargo, que no se observó con el número total de años de ovulación, la cifra de embarazos, el uso de anticonceptivos hormonales y la edad del primer alumbramiento.

Como concluye Annette Langer-Gould, «nuestro trabajo ofrece un nuevo ejemplo del beneficio para la madre de la lactancia materna. Sin embargo, no prueba que esta lactancia materna sea la responsable directa de una reducción del riesgo de esclerosis múltiple. Tan solo demuestra la existencia de una asociación».

**Fuente:** <https://netsaluti.com>