

## Una mayor duración de la lactancia materna se asocia con un menor riesgo de diabetes tipo 2 en la mujer

**Las mujeres que alimentaron mediante lactancia materna durante más tiempo a sus bebés, tienen un menor riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, según un estudio del Hospital de Brigham y de las Mujeres y de la Escuela de Medicina de Harvard en Boston, que se publica en "Journal of the American Medical Association".**

Madrid, 23 de noviembre 2005 (EP)

Los científicos explican que estudios previos han demostrado una mejora en la sensibilidad a la insulina y a la tolerancia a la glucosa de las mujeres durante la lactancia, en comparación con aquellas que no dan de mamar a sus hijos. Aunque estos y otros descubrimientos han sugerido que la lactancia materna podría reducir el futuro riesgo de diabetes tipo 2, ningún estudio ha examinado de forma directa esta asociación.

Los científicos estudiaron la asociación entre la duración de la lactancia y el desarrollo de la diabetes tipo 2. Analizaron para ello los datos de 83.585 mujeres que habían dado a luz y que formaban parte de un estudio nacional sobre la salud de las enfermeras (NHS) y de 73.418 mujeres de una segunda fase de este estudio (NHS II).

En el estudio inicial, se diagnosticaron 5.145 casos de diabetes tipo 2 entre los años 1986 y 2002 y en su segunda fase, fueron 1.132 los casos diagnosticados entre los años 1989 y 2001. En análisis que se centraron en mujeres que habían dado a luz en los pasados 15 años y controlando el índice de masa corporal (IMC) actual y otros factores de riesgo relevantes en el caso de la diabetes tipo 2, hubo un 15% menos de riesgo de diabetes en el primer estudio y un 14% menos de riesgo en el segundo por año adicional de amamantamiento.

Según los científicos, entre las mujeres cuyo parto había sido hacía más de 15 años, no hubo asociación entre la duración de la lactancia y la diabetes tipo 2 en la segunda fase del estudio y una asociación reducida en la primera fase.

Los autores concluyen que la mayor duración de la lactancia se asoció con un menor riesgo de diabetes tipo 2 en dos grupos amplios de mujeres. Junto con la evidencia clínica de una mejoría en el equilibrio de la glucosa en las mujeres que amamantan a sus hijos, estos datos sugieren que la lactancia podría reducir el riesgo de diabetes tipo 2 en mujeres jóvenes y de mediana edad.