

HOJA INFORMATIVA N°33

AMAMANTAR PROTEGE CONTRA EL CANCER DE MAMA

(Lyde 1989, Newcomb 1994)
La Liga de la Leche Valenciana

Dar el pecho entre 6 y 24 meses durante la vida reproductiva de una mujer puede reducir el riesgo de cáncer de mama entre el 11 y el 25 %

Este fenómeno puede tener su origen en la supresión de la ovulación y el bajo nivel de estrógenos experimentados mientras se amamanta, aunque el efecto local relacionado con las funciones fisiológicas propias de la lactancia puede también tener una influencia directa. Esto fue sugerido por un estudio en el cuál madres que tradicionalmente solo amamantaban de un pecho, presentaron una mayor incidencia de cáncer en el pecho no utilizado (Ing. Ho y Petrakis, 1977).

Numerosos estudios sugieren que amamantar ciertamente ofrece a las madres protección contra el cáncer. El efecto es aún mayor tratándose de cáncer premenopáusico, aunque algunos estudios demuestran que amamantar reduce el riesgo de cáncer también después de la menopausia. La protección contra el cáncer está relacionada con el tiempo que dura la alimentación al pecho. Esta protección aumentó en las mujeres cuyo periodo de amamantar a sus hijos fue de siete años en total.

Un estudio publicado en la revista *American Journal of Epidemiology* mostró que el cáncer de mama era menor en las mujeres premenopáusicas y postmenopáusicas que habían tenido la experiencia de lactancia y ésta había sido durante largos períodos. El efecto era mas contundente entre las mujeres premenopáusicas. En 1989, la revista *Journal of Clinical Epidemiology* publicó un estudio que incluía a 4.599 mujeres entre 20 a 55 años de edad a quienes les habían diagnosticado cáncer de mama. El mismo número de mujeres de las mismas edades fueron seleccionadas al azar en las mismas poblaciones para conformar el grupo de control. Después de contabilizar el número de mujeres que habían dado a luz a bebés a término, el número de sus embarazos y el lapso de tiempo que duró la lactancia, constataron que presentaban datos interesantes con respecto a padecer cáncer de mama. Comparadas con mujeres que habían dado a luz pero que jamás amamantaron, las que sí habían amamantado durante 25 meses o más estaban un tercio menos propensas a desarrollar este tipo de cáncer.

En 1995, un estudio publicado en Japón mostró que existe un efecto protector importante que redujo el riesgo de cáncer premenopáusico de mama entre mujeres que habían amamantado por mas de seis meses. Otro estudio mas, en el mismo año, mostró una reducción del 10% en cáncer de mama cuando la mujer había amamantado, sin importar durante cuánto tiempo lo hizo.

Un factor que parece estar íntimamente relacionado con una baja incidencia de cáncer en mujeres que han alimentado a sus bebés es el total de meses que permanecieron sin ovulación durante su periodo de fertilidad. Las décadas de ciclos menstruales repetitivos hacen que el tejido de los senos sea mas vulnerable al cáncer. Este concepto se apoya en el hecho de que las mujeres que no tienen hijos están mas propensas a padecerlo. Entre los esquimales de Canadá, estudiados por el Dr. Otto Schaefer, las madres amamantan a sus bebés por costumbre durante tres años o mas y luego volvían a embarazarse lo que alargaba los años de lactancia. El doctor Schaefer encontró solamente un caso de cáncer de mama en el periodo de 15 años entre 1954 y 1969, a pesar de que la población aumentó de 9.000 a 13.000. Conforme los esquimales tradicionales fueron asimilados dentro de la cultura occidental, el periodo que una madre dedicaba a amamantar disminuyó y la incidencia de cáncer aumentó.

En 1994, un importante hallazgo fue reportado en *Epidemiology*: las madres que a su vez, fueron amamantadas tuvieron menos riesgo de desarrollar cáncer de mama. Tanto el cáncer de mama premenopáusico como el postmenopáusico eran de 26 a 31% menos en las mujeres que habían sido amamantadas. Más interesante aún fue el hecho de que las madres que fueron amamantadas tendían a amamantar a sus propios bebés, aunque este dato no fue tomado en consideración como factor que disminuyera el riesgo.

El cáncer de mama es una enfermedad en la que intervienen múltiples factores por lo que es importante que aún durante la lactancia, las mujeres que adviertan algo anormal en su pecho, sean debidamente diagnosticadas. Contrariamente a lo que aún creen muchos profesionales, las técnicas de diagnóstico tales como la mamografía o la ecografía pueden, y en caso de la mas mínima sospecha deben, realizarse perfectamente durante la lactancia, siempre que se advierta a los profesionales implicado en su interpretación, pues una madre lactante presentará un tejido mamario mas denso.