



## LACTANCIA MATERNA EN LA PREVENCIÓN DE OSTEOPOROSIS

JAZMIN JIMENEZ ARREOLA<sup>1</sup> y Ma. ANGELES AGUILERA BARREIRO<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidad Autónoma de Querétaro. jazminjim11@gmail.com

### RESUMEN

**Introducción:** La lactancia materna se considera protectora de osteoporosis, por cambios endocrinos, como el aumento de absorción intestinal de calcio y la conservación renal del mismo, sin embargo, otros estudios demuestran que con más de un hijo presentan una mayor pérdida de densidad mineral ósea (DMO) (2-9%). **Objetivo:** Determinar si la lactancia materna, es factor protector o de riesgo en osteoporosis en mujeres Queretanas. **Metodología:** Estudio transversal retrospectivo de casos y controles. 114 mujeres de 35-60 años divididas en grupo control (sin lactar) y grupo experimental (lactaron). Diagnóstico de DMO por Densitometría ósea de dos regiones: Cadera (fémur) y lumbar. Se aplicó historia clínica. Criterios de inclusión: edad 35-60 años. Criterios de exclusión: consumo: calcio, terapia hormonal de reemplazo, tratamiento para osteoporosis; lactando o embarazadas. Se realizaron pruebas de tendencia central, T pareada, correlaciones, Chi<sup>2</sup> y razón de momios. **Resultados:** Se encontró como factor de protección en osteoporosis de lactancia ( $\leq 6$  meses) con 0.903 OR (0.768-1.000). Correlación negativa del IMC/DMO en mujeres que no lactaron contrario a las que si lactaron, en ambos grupos se determinó una mayor edad de embarazo con mayor DMO en cadera y mayor talla del hijo (50 vs 47cm). Siendo la obesidad factor protector de las mujeres que lactaron. Sin embargo se encontró una correlación negativa entre edad/DMO en cualquiera de las 3 regiones en mujeres que lactaron, contrario a las que no lactaron salvo en DMOlumbar. **Conclusión:** La lactancia materna, es benéfica para la madre ya que es un factor protector contra la osteoporosis, siempre y cuando sea lleve a cabo los primeros 6 meses y para el recién nacido un crecimiento lineal óptimo.

**Palabras claves:** Lactancia, Embarazo, Densidad mineral ósea, Mujeres.