Amamentação: benéfica aos bebês e também às mães

Biologia & Ciências

Enviado por:

Postado em:29/04/2009

Amamentar reduz risco de derrames e doenças cardíacas nas mães, dizem os pesquisadores da Universidade de Pittsburgh, nos Estados Unidos. Saiba mais...

Mulheres que amamentam seus filhos podem estar reduzindo seu próprio risco de sofrer doenças cardíacas ou derrames, indica uma pesquisa da Universidade de Pittsburgh, nos Estados Unidos. Os pesquisadores americanos dizem ter verificado que mulheres que amamentam por mais de um ano estão 10% menos propensas a sofrer desses problemas de saúde do que aquelas que nunca amamentaram. O estudo americano envolveu 140 mil mulheres já no período pós-menopausa. Em média, essas mulheres haviam amamentado seus bebês há mais de 35 anos. Acredita-se que a redução do risco de sofrer de doenças cardiovasculares ocorre porque, ao amamentar, as mulheres diminuem os depósitos de gordura no corpo. No entanto, os pesquisadores afirmam que o efeito é mais complexo e que a liberação de hormônios estimulada pela amamentação também tem um papel importante. Segundo os pesquisadores, amamentar por mais de um ano pode ainda reduzir em cerca de 20% os riscos de as mães sofrerem de diabetes e colesterol alto, e em 12% o risco de pressão alta. O estudo afirma que mesmo as mães que amamentam por pelo menos um mês já têm o risco de diabetes, colesterol e pressão alta reduzidos em relação àquelas que nunca amamentaram. A pesquisa também verificou que amamentar reduz os riscos de a mulher sofrer de câncer de mama e ovário e de osteoporose.BenefíciosEsse estudo, divulgado na publicação especializada Obstetrics and Gynaecology, vem se somar às crescentes evidências de que amamentar traz benefícios não somente para a saúde dos bebês, mas também das mães, dizem especialistas. Para os bebês, a lista de benefícios é extensa, afirmam especialistas. O leite materno pode proteger contra obesidade, diabetes, asma e infecções no ouvido, estômago e peito. "Há anos nós sabemos que amamentar é bom para a saúde dos bebês", disse a pesquisadora Eleanor Bimla Schwarz. "Agora sabemos que também é importante para a saúde das mães." Segundo Schwarz, a amamentação é "uma parte importante da maneira como o corpo das mulheres se recupera da gravidez". "Quando esse processo é interrompido, as mulheres ficam mais propensas a sofrer diversos problemas de saúde, como ataques cardíacos e derrames", disse a pesquisadora. O Departamento de Saúde britânico recomenda amamentação por pelo menos seis meses. Segundo a especialista em doenças cardíacas June Davison, da British Heart Foundation, a pesquisa revela uma associação entre amamentação e redução de riscos de problemas cardíacos, mas ainda são necessárias "mais pesquisas para compreender porque isso ocorre". Fonte: http://www.bbc.co.uk/