



**Universidad
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA
EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

**EFFECTIVIDAD DE LA LACTANCIA MATERNA PARA LA
PREVENCIÓN DE ALTERACIONES CARDIOVASCULARES EN
LA SALUD DE LA MADRE**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE ESPECIALISTA
EN ENFERMERÍA SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

PRESENTADO POR:

FRANCIA CAMAC, ARACELY MARIA ELENA

HUAMANI ARIAS, LUZ ELENA

ASESOR:

Mg. JAIME ALBERTO MORI CASTRO

LIMA – PERÚ

2020

DEDICATORIA

A Dios como primera fuente de apoyo. El soporte de cada ser querido en esta etapa de gran importancia para nuestro desarrollo profesional.

AGRADECIMIENTO

Al Mg. Jaime A. Mori Castro por aportar con sabiduría en el transcurso del estudio realizado por las autoras.

Asesor: Mg. JAIME ALBERTO MORI CASTRO

JURADO

Presidente : Dra. Cárdenas de Fernández María Hilda

Secretario : Dra. Gonzales Saldaña Susan Haydee

Voca : Mg. Palomino Taquire Rewards

INDICE

Carátula	i
Hoja en blanco	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Asesor	v
Jurado	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	4
1.3. Objetivo	5
CAPITULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	
2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática	6
2.2. Población y muestra	6
2.3. Procedimiento de recolección de datos	6
2.4. Técnica de análisis	7
2.5. Aspectos éticos	7

4.1 Discusión	19
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1 Conclusiones	20
5.2 Recomendaciones	21
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	22
CAPITULO III: RESULTADOS	
3.1. Tablas	19
CAPITULO IV: DISCUSIÓN	
4.1. Discusión	22
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Conclusiones	23
5.2. Recomendaciones	24
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	27

ÍNDICE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Estudios revisados sobre efectividad de la lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre	9
Tabla 2. Resumen de estudios sobre efectividad de la lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre.	18

RESUMEN

Objetivo: Sistematizar la evidencia sobre la efectividad de la lactancia materna comparado sin la lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre. **Materiales y Métodos:** es una revisión Sistemática retrospectiva y observacional, que se resumen en varias investigaciones. Es parte fundamental de la enfermería basada en evidencias por su fuerte metodología, considerando los estudios principales para responder preguntas sobre la práctica clínica, la información se centra a los artículos con texto completo, y sometidas a una lectura crítica, donde fue usado un sistema grade para considerar la magnitud de dicha recomendación. Se propuso evaluar 10 artículos, donde se encontró que el 50% (05/10) corresponde a Estados Unidos, con un 30% (03/10) España, mientras que con 20% (02/10) se encuentra en Reino Unido, Venezuela, Noruega, Italia y por último China. **Resultados:** se halló que el 70% de los artículos estudiados apoyan la efectividad de lactancia materna para la prevención de enfermedades cardiovasculares disminuye por el amamantamiento a través de la leche materna. **Conclusiones:** se comprueba mediante estudios hallados la efectividad de la lactancia materna comparado sin la lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre.

Palabras claves: Efectividad, Lactancia Materna, Madre, prevención, alteración cardiovascular.

ABSTRACT

Objective: Systematize the evidence on the effectiveness of breastfeeding compared without breastfeeding for the prevention of cardiovascular disorders in the mother's health. **Materials and Methods:** it is a retrospective and observational Systematic review, which is summarized in several investigations. It is a fundamental part of evidence-based nursing due to its strong methodology, considering the main studies to answer questions about clinical practice, the information focuses on articles with full text, and subjected to a critical reading, where a grade system was used to consider the magnitude of this recommendation. It was proposed to evaluate 10 articles, where it was found that 50% (05/10) corresponds to the United States, with 30% (03/10) Spain, while with 20% (02/10) is in the United Kingdom, Venezuela, Norway, Italy and finally China. **Results:** it was found that 70% of the articles studied support the effectiveness of breastfeeding for the prevention of cardiovascular diseases decreases by breastfeeding through breast milk. **Conclusions:** the effectiveness of breastfeeding compared with breastfeeding for the prevention of cardiovascular alterations in the mother's health is verified by studies found.

Keywords: Effectiveness, Breastfeeding, Mother, Prevention, Cardiovascular alteration.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema.

Las enfermedades cardiovasculares se colocan en el primer motivo de muerte en el mundo. Donde diversos estudios hallaron relación entre éstas y la lactancia materna. Siendo este último afectado por el nivel socioeconómico, estilo de vida y antecedentes familiares en aquellas mujeres que informaron ausencia de lactancia materna presentarían mayores probabilidades de alteraciones coronarias y aórticas en comparación a aquellas mujeres que dieron de amamantar a sus hijos mayor o igual a tres meses. Las enfermedades cardiovasculares tienen una prevalencia elevada en los países desarrollados, entre ellos España. Enfermedades cardiovasculares son conocidas como diferentes afecciones hacia el corazón y a los vasos sanguíneos. En España, la mortalidad por esta causa estuvo en la cúspide con un 12.9%, siendo primera causa en los hombres y segunda causa en las mujeres; después de las altas relacionadas con el parto y puerperio (1).

Durante el embarazo existen cambios metabólicos como hiperinsulinemia, resistencia a la insulina, hiperlipidemia y la acumulación de masas grasa. La lactancia materna ayuda a estos cambios, revirtiéndolos más rápido que alguien que no brinda lactancia materna (2).

Definiciones diversas existen en relación a la lactancia materna, donde podría decirse que es una habilidad o táctica más económica que ayuda a prevenir y/o evitar muertes en niños y así mejorar la salud de ellos en un futuro. Y en las madres previene ciertas enfermedades como la hipertensión, obesidad, diabetes, cáncer de mama, ovarios y depresión. Sigue siendo la indiscutible forma de alimentar a los lactantes y la OMS (Organización Mundial de la Salud) sugiere su consumo exclusivo los primeros seis meses de vida, y en conjunto con alimentos complementarios hasta los dos años. (3)

En México, se evidencia un deterioro en la técnica de lactancia materna, siendo las tasas más bajas de América Continental. Estudios en ese país señalaron que existen barreras para la lactancia, que incluyen las de índole individual hasta aquellas que son relacionadas con el ambiente sociocultural y las políticas del mismo país (4).

En los países subdesarrollados, suelen brindar de forma escasa la lactancia materna exclusiva a sus pequeños menores de seis meses. Hallándose admirable que en países en desarrollo y economía progresiva, las cifras disminuyan en relación a esta técnica de alimentar. Como en Chile, donde datos estadísticos demostraron que desde el año 2004 al 2014 va aminorándose la práctica de la lactancia materna. (5)

Existen ventajas comprobadas por la lactancia materna en relación con la salud cardiovascular, demostrándose que en la edad adulta las cifras de colesterol y LDL colesterol eran más bajas en aquellos individuos que había consumido lactancia materna durante su infancia (6).

Estudios recientes comprueban que los beneficios con la lactancia materna abordan al niño en un comienzo, pero fue necesaria la información por saber si la madre se ve protegida. Y se descubre que la lactancia apoya a mejorar niveles de lípidos, prevenir la obesidad, mejorar la presión arterial y niveles de glucosa. Por tanto, debe ser muy promovida para ambos actores. (7).

Además protegen a la madre contra posibles enfermedades coronarias y metabólicas como hipertensión arterial, diabetes u obesidad. Cabe decir, que se puede determinar a la lactancia como medio de protección. Del mismo, se halló que en mujeres australianas de 45 años con un historial de lactancia fue protector en comparación en mujeres que han tenido hijos que no amamantan. Y las probabilidades de hipertensión fueron menores en lactancias prolongadas. Del mismo modo, ciertas mujeres que nunca amamantaron tuvieron lúmenes más grandes, arterias carótidas y diámetros adventicios que son indicativos de un estado cardiovascular trágico, en

comparación a aquellas mujeres que dan de lactar por un periodo de tres meses (8).

Otro estudio, hecho en Estados Unidos comprobó que la salud cardiovascular a largo plazo de mujeres que amamantaron, durante 8 años fue beneficiosa. Hallándose como resultados aún 35 años después en 140 000 mujeres; tales como, menor probabilidad de hipertensión arterial por lactancia materna dada alrededor de 1 mes, menor incidencia de accidentes cerebrovasculares o ataques cardiacos por un tiempo mayor a 1 mes. Y en aquellas que prolongaron su lactancia tenían menores posibilidades de padecer infartos, embolias o alguna enfermedad coronaria (9).

La UNICEF reveló que un 95% de niños y niñas son amamantados cuando nacen, cabe mencionar que el continente Sudamericano representa una proporción baja, siendo solo un 61% los niños y niñas que recibieron lactancia materna por temas culturales, socioeconómicos y políticos (10).

La labor del Enfermero dentro de la Salud Pública es orientar las acciones para prevenir enfermedades en un mañana. Siendo la madre, la autora de relevante importancia en la sociedad, surge la necesidad de seguir fomentando la lactancia materna por sus beneficios ya mencionados, cubriendo las dudas y generar el fomento de la salud para disminuir las alteraciones cardiovasculares.

1.2. 1.2 Formulación del problema.

La pregunta formulada para la revisión sistemática se desarrolló bajo la metodología PICO y fue la siguiente:

P = Paciente/ Problema	I = Intervención	C = Intervención de comparación	O = Outcome Resultados
Madre	Lactancia Materna	Sin Lactancia Materna	Efectividad: Prevención de Alteraciones Cardiovasculares.

¿Cuál es la efectividad de la lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre?

1.3. Objetivo

Sistematizar las evidencias sobre la efectividad de la lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre.

CAPITULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática.

Las revisiones sistemáticas comprime aquellos resultados de estudios en vista y elaborados con detalle para dar a notar una fuerte evidencia sobre eficacia en intervenciones relacionadas a la salud. Siendo vitales para discrepar el actuar durante el día a día del profesional en esta área (8).

2.2. Población y muestra.

La población está conformada por 10 artículos científicos que hayan sido publicados en las distintas bases de datos con accesibilidad permitida. Donde su idioma de origen fueron entre español, inglés, chino mandarín; con una anterioridad menor o igual a diez años.

2.3. Procedimiento de recolección de datos.

Se realizó la recolección a través de la búsqueda continua de investigaciones hechas fuera de nuestro territorio donde el tema principal fue connotar la efectividad de la lactancia materna como método para prevenir enfermedades cardiovasculares en la salud de la madre:

Hubieron artículos que fueron exonerados en relación a su nivel de evidencia y tipo de estudio, los cuáles fueron de menor relevancia.

Se esforzó por conseguir la bibliografía completa de cada artículo para tenerlo en consideración.

La búsqueda de términos se verificaron en el DECS (descriptores de ciencias de la salud), para la búsqueda de idiomas extranjeros se emplearon palabras claves en dichos términos.

En la búsqueda sistemática, los algoritmos empleados fueron los siguientes:

Efectividad AND lactancia materna AND madre.

Lactancia materna AND alteración cardiovascular.

Efectividad AND lactancia materna NOT alteración cardiovascular

Base de datos:

Lilacs, Pubmed, Dialnet, Medline, Ebsco, Cochrane Plus.

2.4. Técnica de análisis.

El estudio de la revisión sistemática se encuentra establecido por la preparación de tablas de síntesis (Tabla 1 y 2) con la información primordial de cada uno de los artículos elegidos, valorando cada uno de los artículos para relacionar los puntos en las cuales coinciden y los desacuerdos entre artículos internacionales. Además, conforme a pautas técnicas, se llevó a cabo un análisis crítico de cada artículo, a partir de ello, se estableció la calidad de certeza y la fuerza de sugerencia para cada artículo según la escala GRADE.

2.5. Aspectos éticos.

El análisis crítico de los artículos científicos verificados, consistió a través de la consideración de técnicas en bioética de la investigación revisando el efectivo cumplimiento de los principios éticos en su realización.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Tablas 1: Estudios revisados sobre Efectividad de la lactancia materna comparado sin la lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

1. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Aguilar M; Madrid B; Baena G; Mur N; Guisado R; Sánchez A.	2015	Breastfeeding as a method to prevent cardiovascular diseases in mother and child Lactancia materna como metodo para prevenir enfermedades cardiovasculares en la madre y el niño. (11).	Hospital Nutrition Magazine http://www.nutricionhospitalaria.com/pdf/8810.pdf doi: 10.3305/nh.2015.31.5.8810 España	Volumen: 31 Número:5

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos Éticos	Resultados	Conclusión
Diseño: Revisión Sistemática	Población: 185 artículos científicos Muestra: 61 artículos científicos	No corresponde	De los 61 artículos, 12 fueron de Meta análisis y revisiones entre los años 2009 al 2013; el cual señala que la lactancia materna y prolongada tienen relación positiva, y hace mención a la sin lactancia materna y 24 meses a más, no obstante, la mayoría de las revisiones señalan que la duración superior a 6 meses resguardan a las madres presión alta y alteraciones cardiovasculares a corto, mediano y extenso periodo.	Se ha verificado que la lactancia materna repercute efectivamente en las etapas de presión arterial de la madre y reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, así también afecta favorablemente a la sanidad del poblado en general, incluyendo las etapas de vida, tomada como una prioridad en el primer nivel de atención, así mismo permitiría menos gastos en otras enfermedades parecidas. Por tanto, es imprescindible proveer más información a la población para difundir los beneficios del amamantamiento y su efectividad.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

2. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Binh N; Kai J; Ding D.	2017	Breastfeeding and maternal cardiovascular risk factors and outcomes: A systematic review. Factores y resultados de la lactancia materna y el riesgo cardiovascular materno: una revisión sistemática (12).	Plos One Research Magazine https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=10.1371%2Fjournal.pone.0187923_doi:10.1371/journal.pone.0187923	Volumen: 12 Número: 11
Italia				

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática	Población: 581 artículos científicos Muestra: 7 artículos científicos	No corresponde	Según 7 artículos priorizados en relación con enfermedades cardiovasculares, se evidenció que incremento de la permanencia de lactancia materna en toda la vida, se vinculó con una inferior persistencia de enfermedad cardiovascular, en comparación con la nunca lactancia materna. Así mismo en las mujeres que amamantaron ≥ 13 meses en su vida y las mujeres de 50 a 59 años que habían amamantado ≥ 7 meses, tenían menos probabilidades de tener enfermedad cardiovascular prevalente, otro artículo incluyó madres de mediana edad y de edad avanzada, las mujeres con una duración de la lactancia de por vida ≥ 12 meses tuvieron un riesgo reducido de infarto de miocardio incidente.	Existen varias circunstancias que afectan la ausencia y el periodo de duración de la lactancia materna, es por ello que se tiene que concientizar en las estrategias e intervenciones de promoción de la salud, para aumentar la utilidad de la lactancia materna desde los años fértiles hasta la vida posterior. Por lo tanto, es necesario realizar más estudios de muestras más grandes y de calidad media y alta con beneficios para la salud cardiovascular materna.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

3. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Mazariegos M, Ramirez M	2015	Breastfeeding and noncommunicable chronic diseases in adult life. Lactancia Materna y enfermedades crónicas nos trasmisibles en la vida adulta (14).	Journal of Latin American Nutrition Archives https://www.alanrevista.org/ediciones/2015/3/art-2/ DOI: ISSN: 0004-0622 GUATEMALA	Volumen: 65 Número: 3

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Revisión Sistemática	Población: 75 artículos científicos Muestra: 31 artículos científicos	No corresponde	Se seleccionaron 31 artículos de los cuales 9 fueron de Metaanálisis publicadas entre los años 2001 - 2014, la lactancia materna como un impacto favorecedor referente a la exposición de patologías cardíacas de la madre, también enfatizan una disminución significativa, aunque pequeña en la presión arterial diastólica y sistólica, también señalan que estos beneficios disminuyen al presentar edad avanzada en la madre..	Los autores enfatizan la lactancia materna como una de las alternativas prometedoras para combatir la doble carga de patología cardiovascular a lo largo de la existencia, a través de la lactancia materna, no obstante, otros autores indican la lactancia materna podría tener un rol protector en la presión arterial la cual sería a través de los lípidos propia de la leche materna, para la madre. También priorizar en el apoyo de asociaciones de lactancia materna, en el primer nivel de atención.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

4. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Cria P; Nelson J; Corbelli J; Scanlon K.	2016	Breastfeeding and maternal cardio-metabolic health. Lactancia y salud cardio-metabólica materna (13).	Annual Nutrition Review https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4963981/ doi: 10.1146/annurev-nutr-071715-051213 EE. UU.	Volumen: 36 Número: 627 - 645

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática	Población: 10 artículos científicos Muestra: 3 artículos científicos	No corresponde	Las madres que amamantan por periodos más prolongados tendrán menor riesgo de enfermedad cardiovascular subclínica y clínica, en comparación con las madres que no amamantan, con mayor beneficio a las madres con una mayor duración de vida en la lactancia, pero a su vez el beneficio puede disminuir a medida que la madre envejezca, también la asociaron con un menor riesgo de hipertensión en relación a dosis – respuestas con duraciones más largas de lactancia materna.	Los autores expresan que existe más evidencia positiva de enfermedad cardiovascular subclínica y clínica, enfatizando en las mujeres que amamantan a largo plazo, aunque el efecto puede no persistir a medida que el tiempo de vida pase, es por ello enfatizar en la realización de más estudios relacionados en base a la duración y tiempo prolongado de lactancia materna.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

5. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Fewtrell Mary	2011	Breastfeeding and subsequent risk of CVD and obesity:evidence from randomised trials. Lactancia y posterior riesgo de ECV y obesidad: evidencia de ensayos aleatorios (15).	Proceedings of the Nutrition Society https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/1DEC31EA2359B6F3F16D815AFFE43082/S0029665111000589a.pdf/brea-stfeeding_and_later_risk_of_cvd_and_obesity_evidence_from_randomised_trials.pdf DOI:10.1017/S0029665111000589 REINO UNIDO	Volumen: 70 Número: 4

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Tipo: Ensayo Controlado aleatorizado Revisión sistemática	2 artículos Científicos	No corresponde	Los resultados indican que existen dos estudios, el primero resalta que lactancia materna tiene beneficios sobre los términos de riesgo cardiovascular en la madre y en la pos pubertad y por otro lado no ha encontrado tal efecto hasta 6 años.	La lactancia materna tiene efectos beneficiosos sobre los factores de riesgo cardiovascular, medido durante la niñez y adolescencia, cabe mencionar que se necesita de más estudios para poder dar un resultado suficiente en la precaución de patologías cardiovasculares.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

6. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Gurdenson E, y et al.	2015	Lactation duration and midlife atherosclerosis. Duración de la lactancia y aterosclerosis en la mediana edad (16).	Hhs Public Access https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5193138/ DOI: 10.1097 / AOG.0000000000000919 EE. UU	Volumen: 126 Número: 381 – 390

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Cuantitativo Tipo: Estudio de cohorte Prospectivo	Población: 2014 mujeres de 18 – 30 años. Muestra: 846 mujeres de 38 y 50 años.	Consentimiento informado	Se realizó un examen de seguimiento de 20 años más tarde, en 2005 - 2006, en mujeres entre 38 y 50 años; el cual se enfatiza la asociación de la lactancia materna y la patología cardiovascular favorable para la salud de la madre en base al grosor intima-media de la carótida común, indicando valores diferenciables y beneficiosas para la madre.	Los autores detallan que una nula o menor duración de lactancia materna se asocia a aterosclerosis subclínica, a su vez el envejecimiento vascular del grosor de la íntima media de la arteria carótida, es por ello que la lactancia podría presentar beneficios a futuro en la prevención de enfermedad cardiovascular en la madre.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

7. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Chetwynd Ellen y et al.	2017	Cumulative breastfeeding and the appearance of hypertension in African-American women (17). Lactancia Materna acumulativa y la aparición de hipertensión en mujeres afroamericanas.	American Journal of Epidemiology https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5860181/ DOI: 10.1093 / aje / kwx163 EE. UU	Volumen: 186 Número: 8

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Estudio de Casos y controles Cohorte longitudinal	Población: 59001 mujeres de 40 a 65 años. Muestra: 33257 Mujeres de 40 a 65 años.	Entrevista Cuestionario	En este estudio se seleccionaron a madres de raza morena entre 40 a 49 años del año de 1995 a 2005, enfatizando en la lactancia materna, se asoció con un riesgo menor de la hipertensión en las edades mencionadas, que contribuyen a la reducción de enfermedades cardiovasculares (OR) = 0,92, 95% CI: 0,85, 0,99) y el riesgo disminuyo con la mayor duración de la lactancia materna (durante ≥24 meses, OR = 0,82; IC del 95%: 0,69; 0,98, pero no se asoció en mujeres de 50 años en adelante.	Se enfatiza la necesidad de la lactancia materna como un comportamiento de salud positiva y preventiva modificable, que tiene que ser responsabilidad de la madre en conjunto con el apoyo del entorno familiar para lograr prevenir enfermedades cardiovasculares en la edad adulta, a través de la promoción y/o difusión de la importancia de la lactancia materna y sus beneficios.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

8. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Natland ST, Nilsen TI, Midthjell K, Andersen LF y Forsmo S.	2012	Lactation and cardiovascular risk factors in mothers in a population-based study: the HUNT-study Lactancia y factores de riesgo cardiovascular en madres en un estudio de base poblacional: el estudio HUNT (19).	international breastfeeding magazine https://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1746-4358-7-8 doi: 10.1186 / 1746-4358-7-8 Noruega	Volumen: 19 Número: 7

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Estudio de Cohorte Prospectivo	Población: 21.368 mujeres entre 20 y 85 años. Muestra: 14.6777 mujeres menores de 50 años.	Consentimiento Informado	Según los estudios 14,677 mujeres menores de 50 años o menos que nunca habían amamantado tenían un riesgo casi doble de hipertensión arterial desencadenando enfermedad cardiovascular, a comparación con las mamas que habían dado lactancia materna o por más de 24 meses de edad, la cual indica que a partir del primer mes de lactancia hasta los 24 meses presentaría un riesgo menor de desarrollar hipertensión arterial.	La lactancia materna es favorable a las madres a futuro en edades de 50 años o menor a ello, el cual rescata la importancia de la lactancia materna en un periodo superior de seis meses, hasta los 24 meses, el cual indica como un perfil positivo de riesgo de enfermedad cardiovascular favorable en las madres a futuro, así mismo indica que se necesita de estudios adicionales para así

confirmar las variantes y valores observables.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

9. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
McClure CK y et al.	2012	Lactation and maternal subclinical cardiovascular disease among premenopausal women La lactancia y la enfermedad cardiovascular subclínica materna entre las mujeres premenopáusicas (20)	Ajog American Journald Obstetrics Gynecology https://www.ajog.org/article/S0002-9378(12)00477-2/pdf DOI: 10.1016 / j.ajog.2012.04.030 EE.UU.	Volumen: 25 Número: 1

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Cuantitativa Revisión Sistemática	Población: No referida Muestra: 5 artículos	No corresponde	Existe comparación entre las madres que amamantaron durante 3 meses o más después de cada nacimiento, las madres que nunca amamantaron exhibieron un diámetro de luz de 0.13 mm más grande (intervalo de confianza del 95%, 0.04-0.22) y un diámetro de aventura 0.12	Las madres que no amamantan tienen características vasculares asociadas con un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, que afectara en el presente o futuro de su edad.

mm más grande (intervalo de confianza del 95%, 0.02- 0.22) , el cual explica que las madres que dieron de lactar presentaran un porcentaje menor de enfermedades cardiovasculares.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

10. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen Y Numero
Luiz Antonio Del Ciampo, Ieda Regina Lopes Del Ciampo.	2018	Breastfeeding and the Benefits of Lactation for Women's Health La Lactancia materna y sus beneficios para la salud materna (21)	Revista Brasileira de Gineco Obstetricia https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.1055/s-0038-1657766.pdf DOI https://doi.org/ 10.1055/s-0038-1657766 Brasil	Volumen: 40 Número:6

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Diseño: Revisión Sistemática	Población: 100 artículos científicos Muestra: 69 artículos científicos	No corresponde	Los autores consultaron distintas publicaciones científicas en distintas fuentes de datos llegando a obtener que la lactancia materna sea un periodo importante en el proceso de reproducción en la mujer. Que proporciona beneficios físicos y emocionales a futuro. Protegiéndola de muchas patologías, tales como alteraciones	Son conocidos los dones de la lactancia materna en la salud del infante. Pero existen escasas fuentes donde indagan sobre la salud materna. Sabiendo que esta técnica determinará la salud de la madre a futuro, se logrará fortalecer así la intención de amamantar en la mujer respetando sus

cardiovasculares, Diabetes Mellitus Tipo 2 y/o depresión. Brindando una protección a su vez en el periodo post parto.

ideales y orígenes culturales. Y se evidenció que existe un menor potencial de riesgo de alguna alteración cardiovascular en madres que amamantan mínimamente 3 meses en comparación con aquellas madres que no ofrecieron amamantar.

Tablas 2: Resumen de estudios sobre efectividad de la lactancia materna comparado con lactancia materna para la prevención de alteraciones cardiovasculares en la salud de la madre.

Diseño de estudio / Titulo	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de Recomendación	País
Revisión Sistemática La lactancia materna como método para prevenir enfermedades cardiovasculares en la madre y el niño.	Se ha verificado que la lactancia materna repercute efectivamente en las etapas de presión arterial de la madre y reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, así también afecta favorablemente a la sanidad del poblado en general, incluyendo las etapas de vida, tomada como una prioridad en el primer nivel de atención, así mismo permitiría menos gastos en otras enfermedades parecidas. Por tanto, es imprescindible proveer más información a la población para difundir los beneficios del amamantamiento y su efectividad.	Alta	Fuerte	España
Revisión Sistemática Factores y resultados de la lactancia materna y el riesgo cardiovascular materno	Existen varias circunstancias que afectan la ausencia y el periodo de duración de la lactancia materna, es por ello que se tiene que concientizar en las estrategias e intervenciones de promoción de la salud, para aumentar la utilidad de la lactancia materna desde los años fértiles hasta la vida posterior. Por lo tanto, es necesario realizar más estudios de muestras más grandes y de calidad media y alta con beneficios para la salud cardiovascular materna.	Alta	Fuerte	Italia
Revisión Sistemática Lactancia Materna y enfermedades crónicas nos trasmisibles en la vida adulta	Los autores enfatizan la lactancia materna como una de las alternativas prometedoras para combatir la doble carga de patología cardiovascular a lo largo de la existencia, a través de la lactancia materna, no obstante, otros autores indican la lactancia materna podría tener un rol protector en la presión arterial la cual sería a través de los lípidos propia de la leche materna, para la madre.	Alta	Fuerte	Guatemala
Los autores expresan que existe más evidencia positiva de				

Revisión Sistemática Lactancia y salud cardio-metabólica materna	enfermedad cardiovascular subclínica y clínica, enfatizando en las mujeres que amamantan a largo plazo, aunque el efecto puede no persistir a medida que el tiempo de vida pase, es por ello enfatizar en la realización de más estudios relacionados en base a la duración y tiempo prolongado de lactancia materna.	Alta	Fuerte	EE.UU.
Revisión sistemática: Lactancia y posterior riesgo de ECV y obesidad: evidencia de ensayos aleatorios	La lactancia materna tiene efectos beneficiosos sobre los factores de riesgo cardiovascular, medido durante la niñez y adolescencia, cabe mencionar que se necesita de más estudios para poder dar un resultado suficiente en la precaución de patologías cardiovasculares.	Alta	Fuerte	Reino Unido
Revisión Sistemática La lactancia y la enfermedad cardiovascular subclínica materna entre las mujeres pre menopáusica	Las madres que no amamantan tienen características vasculares asociadas con un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, que afectara en el presente o futuro de su edad.	Alta	Fuerte	EE.UU.
Revisión Sistemática: La Lactancia materna y sus beneficios para la salud materna	Son conocidos los dones de la lactancia materna en la salud del infante. Pero existen escasas fuentes donde indagan sobre la salud materna. Sabiendo que esta técnica determinará la salud de la madre a futuro, se logrará fortalecer así la intención de amamantar en la mujer respetando sus ideales y orígenes culturales.	Alta	Fuerte	Brasil
Duración de la lactancia y aterosclerosis en la mediana edad	Los autores detallan que una nula o menor duración de lactancia materna se asocia a aterosclerosis subclínica, a su vez el envejecimiento vascular del grosor de la íntima media de la arteria carótida, es por ello que la lactancia podría presentar beneficios a futuro en la prevención de enfermedad cardiovascular en la madre.	Moderada	Media	EE. UU

Lactancia Materna acumulativa y la aparición de hipertensión en mujeres afroamericanas.	Se enfatiza la necesidad de la lactancia materna como un comportamiento de salud positiva y preventiva modificable, que tiene que ser responsabilidad de la madre en conjunto con el apoyo del entorno familiar para lograr prevenir enfermedades cardiovasculares en la edad adulta, a través de la promoción y/o difusión de la importancia de la lactancia materna y sus beneficios.	Moderada	Media	EE.UU.
Lactancia y factores de riesgo cardiovascular en madres en un estudio de base poblacional: el estudio HUNT	La lactancia materna es favorable a las madres a futuro en edades de 50 años o menor a ello, el cual rescata la importancia de la lactancia materna en un periodo superior de seis meses, hasta los 24 meses, el cual indica como un perfil positivo de riesgo de enfermedad cardiovascular favorable en las madres a futuro, así mismo indica que se necesita de estudios adicionales para así confirmar las variantes y valores observables.	Moderada	Media	Noruega

CAPITULO IV: DISCUSION

4.1. Discusión.

La indagación de datos halló la efectividad de la lactancia materna para la prevención de enfermedades cardiovasculares en la salud de la madre.

Muchos fueron los estudios revisados, como clínicos aleatorizados, transversales, de cohorte. Que apoyaron para confirmar la efectividad de la lactancia para la prevención de enfermedades cardiovasculares, tanto desde el primer mes de lactancia hasta los 24 meses a más.

La revisión realizada en España confirma que la lactancia materna y prolongada mayor a 24 meses cuida a madres de la presión arterial alta y alteraciones cardiovasculares en un futuro (11).

De igual modo, en éste mismo continente Binh, Jai y Ding, específicamente en Italia hallaron evidencia de los beneficios ante enfermedades cardiovasculares con la lactancia materna. Nuevamente sobre la hipertensión con un rango de duración superior o igual a

tres meses brindando lactancia materna; y menores probabilidades encontradas en aquellas mujeres que nunca amamantaron, siendo estas mayores a 64 años (12).

Por otro lado, cabe necesario comentar que sí se halla evidencia de que la lactancia materna a niños menores desde los seis meses y máximo a los 24 meses, cuida la salud cardiovascular materna, pero ésta se ve afectada al envejecimiento fisiológico natural de la mujer (13).

Otros autores indicaron que la lactancia materna podría tener un rol cuidador para la presión arterial, la cual sería a través de los lípidos propios de la leche de la madre. Contribuyendo a disminuir la incidencia de posible hipertensión arterial (14).

En el Reino Unido se hizo necesaria la búsqueda de estudios, sobre resultados que se hallen a través de la lactancia materna, en la predisposición a enfermedades cardiovasculares, encontrando que la lactancia; solo participa sobre los factores de riesgo cardiovasculares (15).

Los resultados que concluyeron tras un periodo de estudio por 20 años, identificaron la relación de beneficio con la lactancia y patologías cardiovasculares, la primera fue favorable para la salud materna; generando modificaciones en la íntima-media de la carótida común. Un hallazgo realizado en los Estados Unidos, asociándolo a la aterosclerosis subclínica, confirmando así que sea rentable en un tiempo futuro para la salud cardiovascular (16).

En mujeres afroamericanas que mostraron una tasa de lactancia materna baja tuvieron un inicio más temprano de la hipertensión arterial; cuya interpretación es que a más largo el periodo de la lactancia existirán mayores probabilidades de la prevención cardiovascular en mujeres de dicha raza. Encontrando una relación fuerte en la permanencia de la lactancia materna acumulada y la hipertensión (17).

Por otro lado, un estudio transversal realizado en China a 9128 mujeres de 40 a 81 años, comenta que madres que no amamantaron tienen mayores posibilidades de desarrollar la hipertensión arterial a futuro (20); de la misma forma en Noruega, un estudio de cohorte a 14 667 mujeres mayores de 50 años, indicó que la lactancia brindada por un rango de 6 meses hasta 24 meses, es un perfil positivo de protección ante el riesgo de enfermedad cardiovascular para las madres a futuro (18).

En un estudio de cohorte no de menos importancia, menciona que mujeres de 50 años a menos, que nunca habían amamantado tenían un riesgo casi doble de hipertensión arterial a comparación con las mamas que habían dado de lactar o por más de 24 meses de edad (19).

En Estados Unidos, en mujeres post climaterio, el mayor tiempo de la lactancia materna se une con una incidencia menor de hipertensión arterial, y enfermedades cardiovasculares (20).

Compartiendo la información, en Brasil mujeres que amamantaron por periodos de 7 – 12 meses tienen un 28% menor probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares en relación a madres que jamás amamantaron. Y madres con lactancia materna de 24 meses podrían presentar menor riesgo de enfermedades coronarias, aterosclerosis y mejora en el grosor de las paredes de la arteria carótida (21).

Por lo tanto, la mayoría de los artículos revisados hallan el factor protector de la lactancia en las enfermedades cardiovasculares, indiscutiblemente que con un periodo de lactancia mayor o igual a seis meses previnieron la hipertensión arterial, aterosclerosis, infartos. En tal motivo es necesario ampliar futuras investigaciones sobre demás enfermedades cardiovasculares que son protegidas con esta natural forma de alimentar a nuestros hijos.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

La revisión Sistemática en relación a la efectividad de la lactancia materna para la prevención de enfermedades cardiovasculares en la salud de la madre, fueron hallados en Medline, Pubmed, Scielo y otras bases que guardaron semejanza con el diseño de estudio de revisiones sistemáticas, ensayo controlado aleatorizado y estudio transversal.

En relación a los 10 artículos investigados, obtenidos de revisiones sistemáticas, se puede mencionar que se halla la efectividad de la lactancia materna en mira a la prevención de enfermedades cardiovasculares es efectiva para la disminución de las enfermedades mencionadas.

Se concluye con el hallazgo de la efectividad de la lactancia materna en la prevención de enfermedades cardiovasculares en la salud materna.

5.2. Recomendaciones.

- 5.2.1. Se recomienda a las jefaturas, departamentos y directivos de nuestras Instituciones de Salud, organicen capacitación e investigación dirigida a su personal asistencial y/o administrativo en relación a la lactancia materna para fomentar una promoción de la salud adecuada para beneficio de nuestra localidad, comunidad o distrito.
- 5.2.2. Se recomienda realizar futuras investigaciones, en busca de más resultados benéficos para la salud materna, a través de la lactancia materna, por todos los profesionales de la salud.
- 5.2.3. Formación de grupo humano que brinde control y seguimiento a la madre lactante y puerpera para fomentar la salud materna y del niño.
- 5.2.4. Los profesionales de enfermería deberían de implementar más difusión en temas de correcta técnica de lactancia materna para erradicar la morbilidad y mortalidad en la población neonata y materna.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Sánchez M. Prevención de las Enfermedades Cardiovasculares. Rev Esp de Pediat. 2011; 67 (4): 223-229
2. Kirkegaard H., Bliddal M., Stovring H., Rasmussen K., Gunderson E., Kober L., Sorensen T. y Nohr E. Breastfeeding and later maternal risk of hypertension and cardiovascular disease – The role of overall and abdominal obesity. Elsevier Rev. 2018; 114(2018): 140-148.
3. De las Heras J., Lobato C., Delgado E., Reina M., Rodríguez I., Aranda A. Estudio comparativo del éxito y la adherencia de la lactancia entre la población autóctona e inmigrante dentro de un mismo contexto deprimido. Biblio Las Casas. 2014; 10 (3)
4. Gonzáles T., Hernández S. Lactancia Materna en México. 1ra ed. México: Academia Nacional de Medicina de México (ANMM); 2016.
5. Brahm P., Valdés V. Beneficios de la lactancia materna y riesgos de no amamantar. Rev chil pediatr. 2017; 88(1)
6. Ortega M., Martínez R., López A. La nutrición durante el embarazo y lactancia como condicionante de la salud en etapas avanzadas de la vida. Rev Alim Nutri y Salu. 2008; 11 (2): 31-36
7. Petter S., Yang L., Guo Y., Chen Y., Bian Z., Du J., Yang J., Li S., Li L., Woodward M., Chen Z. La lactancia materna y riesgo de la enfermedad cardiovascular materna. Rev Asoc Amer de Cora (AHA) 2017; 6 (6)
8. Nguyen B., Jin K., Ding D. La Lactancia Materna factores de riesgo cardiovascular y los resultados: una revisión sistemática. Rev Plos de Invest. 2017; 12(2017)
9. Salutaprop.org [internet]. España; 2016. [Publicado 3 Ago 2016]. Accedido el 20 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://salutaprop.org/es/blog/la-lactancia-materna-beneficiosa-para-la-salud-del-corazon>
10. Alzate M., Arango C., Castaño J., Henao A., Lozano M., Muñoz G., Ocampo N., Rengifo S., Tovar L., Vallejo S. Lactancia materna como factor protector de enfermedades prevalentes

en niños hasta cinco años de edad en algunas instituciones educativas de Colombia. Rev Colomb de Obstr y Ginec. 2011; 62 (1)

11. Vidal M., Oramas J., Borroto R. Revisión Sistemática. Art Educación Médica Superior [Internet]. 2015; ISSN 0864-2141. Accedido el 02 de enero del 2020. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412015000100019
12. Aguilar M., Madrid B., Baena G., Mur N., Guisado R., Sánchez A. La lactancia materna como método para prevenir enfermedades cardiovasculares en la madre y el niño. Revista Nutrición Hospitalaria [Internet]. 2015; ;31:1936-1946. Accedido el 22 de diciembre del 2019. Disponible en: <http://www.nutricionhospitalaria.com/pdf/8810.pdf>
13. Binh N., Kai J., Ding D. La lactancia materna y los factores de riesgo de la enfermedad cardiovascular y los resultados. Revista plos de Investigación [Internet]. 2014; 12 (11): e0187923. Accedido el 22 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=10.1371%2Fjournal.pone.0187923>
14. Cria P., Nelson J., Corbelli J., Scanlon K. Lactancia y salud cardio-metabólica materna. Revisión Anual de Nutrición [Internet]. 2016; 36:627-645. Accedido el 12 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev-nutr-071715-051213>
15. Aguilar M., Baena L., Sánchez A., Guisado R., Hermoso R., Mur N. Beneficios inmunológicos de la leche humana para la madre y el niño. Revista Nutrición Hospitalaria. 2016; 33(2): 482-493. Accedido el 20 de noviembre del 2019. Disponible en: http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v33n2/46_revision3.pdf
16. Mazariegos M., Ramírez M. Lactancia materna y enfermedades crónicas no transmisibles en la vida adulta. Revista Archivos Latinoamericanos de Nutrición [Internet]. 2015; 65(3). Accedido el 12 de enero del 2020. Disponible en <https://www.alanrevista.org/ediciones/2015/3/art-2/>
17. Fewtrell M. Breastfeeding and subsequent risk of CVD and obesity. Proceedings of the Nutrition Society [Internet]. 2011;70:472-477. Accedido el 20 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/>

18. Gurdenson E., Quesenberry Ch., Lewis C. Duración de la lactancia y aterosclerosis de mediana edad. *Revista su Acceso Publico* [Internet]. 2015; 126 (2): 381-390. Accedido el 28 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5193138/>
19. Chetwynd E., Stuebe A., Palmer J. Accumulated breastfeeding and the onset of hypertension in African-American women. *Magazine American Journal of Epidemiology* [Internet]. 2017; 186 (8):927-934. Accedido el 18 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5860181/>
20. Bing Z., Hui Z., Hai L., Hong L. Jian W. Breastfeeding and maternal hypertension and diabetes. *Revista Medicina de la lactancia* [Internet]. 2015; 10:3. Accedido el 22 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://www.liebertpub.com/doi/pdf/10.1089/bfm.2014.0116>
21. Natland S., Nilsen T., Midthjell K., Andersen L., Forsmo S. Lactation and cardiovascular risk factors in mothers in a population-based study: the HUNT-study. *international breastfeeding magazine* [Internet]. 2012; 19; 7 (1): 8. Accedido el 21 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1746-4358-7-8>
22. Del Ciampo L., Lopes I. La lactancia materna y sus beneficios para la salud de las mujeres. *Rev brasi de Ginec Obstet.* 2018; 40(6). Accedido el 22 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.1055/s-0038-1657766.pdf>