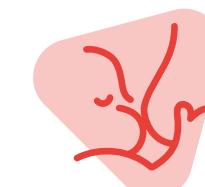


¿POR QUÉ LA LACTANCIA MATERNA REDUCE MI RIESGO DE DESARROLLAR CÁNCER DE MAMA?



Teniendo en cuenta que la mayoría de cánceres de mama dependen de las hormonas, los beneficios de la lactancia materna se pueden explicar por las modificaciones en la estructura del pecho y por la menor exposición de la madre a hormonas a lo largo de su vida.

¿Qué puedo hacer?



Es recomendable que los y las bebés se amamanten exclusivamente, sin otros alimentos o bebidas, hasta que cumplan aproximadamente los 6 meses de edad. Tras este periodo, es aconsejable continuar con la lactancia materna unida a otros tipos y cantidades de alimentos apropiados.



Cuanto más tiempo des lactancia materna, más se reduce el riesgo de cáncer.



La lactancia materna reduce el riesgo de cáncer de mama. Así que si puedes, amamanta a tu bebé.

Consejos para pasar a la acción

1

Aprende sobre la lactancia y sus beneficios durante el embarazo y el post-parto.

2

Conoce tus derechos sobre la lactancia materna.

3

Dale una oportunidad a la lactancia y busca apoyo si tienes dificultades.

4

La lactancia materna puede ser todo un reto. Para mantenerte motivada enfócate en sus beneficios, tanto para ti como para tu bebé.

5

Algunas madres no pueden amamantar debido a diversas razones. Sé amable contigo misma si es tu caso. Existen otras medidas para reducir tu riesgo de cáncer.

Esta es una de las 12 recomendaciones basadas en la evidencia del Código Europeo Contra el Cáncer. Para más información visita por favor: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/es/doce-formas



Este folleto ha sido desarrollado dentro del proyecto BUMPER. Para más información sobre el proyecto, puedes visitar bumper.cancer.eu



Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expuestas son únicamente de la autoría y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea o HaDEA. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser responsables de ellas.

Contenido basado en la 4^a edición del Código Europeo Contra el Cáncer. Última actualización en octubre 2024.



GENERALITAT
VALENCIANA

Fundació
Fisabio

