

Lactancia materna disminuye riesgos de sufrir cáncer

Anuncian foro por la Salud de los Niños dentro de congreso Avances en Medicina

La lactancia materna durante los primeros seis meses de vida contribuye a disminuir de manera significativa el riesgo de sufrir cáncer, hipertensión, obesidad y alergias, se dijo en rueda de prensa en que se dio a conocer el programa del XVII Congreso Internacional Avances en Medicina Hospital Civil de Guadalajara (del 26 al 28 de febrero en Expo Guadalajara), encabezada por el doctor Héctor Raúl Pérez Gómez, director general del OPD Hospital Civil de Guadalajara.

Al dar a conocer los detalles del VI Foro por la Salud de los Niños, el doctor Luis Gustavo Orozco Alatorre, destacó que también el consumo –cinco veces al día–, de frutas y verduras contribuye en los niños a disminuir significativamente el riesgo de adquirir cáncer. En un plato de comida debe haber alimento verde, semillas, cereales y no solo el bistec y el arroz. Sin embargo, la realidad es otra: mucha gente consume alimentos industrializados, con altos niveles de hidratos de carbono simple que provocan un balance positivo en el acumulo de energía, obesidad y resistencia a la insulina, además de ser un factor de riesgo para procesos cancerígenos.

Está comprobado que el esquema nutricional del adulto es un producto cultural que inicia en la infancia y que podrían reducirse los riesgos de contraer algunos tipos de cáncer con una alimentación adecuada. Por ejemplo, el cáncer de hígado tiene 7.5 veces más frecuencia en las personas con obesidad que en las personas delgadas.

Este foro por la salud infantil busca sensibilizar a los niños de quinto y sexto años de primaria. Acudirán alumnos de ocho escuelas de la Zona Metropolitana, quienes tendrán actividades preventivas que podrán practicar en casa, sobre todo contra el cáncer, para evitar la drogadicción y el tabaquismo, explicó Orozco Alatorre.

Subrayó que se les instruirá sobre los alimentos que conforman el *plato de buen comer*, y añadió que se echará a andar un programa que promueve estilos de vida saludable desde la edad escolar. Esto último forma parte de un programa que será antecedido con una encuesta sobre el tema aplicado a infantes, para después difundir en las escuelas información sobre el tema.

Los casos de cáncer tienden a incrementar. “Cada vez son diagnosticadas más personas con esta enfermedad en el mundo. Los oncólogos detectan casos de cáncer a edad más temprana. Por ejemplo, hay, incluso, personas de 30 años de edad con cáncer prostático, cuando antes lo habitual era que se presentara arriba de los 50 años de edad”, explicó el doctor Pérez Gómez.

Señaló que pudieran estar asociados al problema la contaminación ambiental, una menor calidad en los alimentos, el alto consumo de grasa polisaturada –directamente relacionada con procesos crónicos de oxidación que pueden generar neoplasias en el hígado o cáncer de mama– y mayor exposición a la radioactividad. “Si hubiera un abordaje integral de todos los factores de riesgo, esto impactaría de

manera positiva en la salud pública”.

A T E N T A M E N T E

“Piensa y Trabaja”

Guadalajara, Jal., 19 de febrero 2015

Texto: Martha Eva Loera

Fotografía: Adriana González

Etiquetas:

[Héctor Raúl Pérez Gómez](#) [1]

[Luis Gustavo Orozco Alatorre](#) [2]

URL Fuente: <https://comsoc.udg.mx/noticia/lactancia-materna-disminuye-riesgos-de-sufrir-cancer>

Links

[1] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/hector-raul-perez-gomez>

[2] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/luis-gustavo-orozco-alatorre-0>