

Anticoncepción durante la lactancia



La leche materna proporciona todos los nutrientes, vitaminas y minerales que un bebé necesita para el crecimiento durante los primeros seis meses de vida.

La Organización Mundial de la Salud sugiere "mantener como patrón fundamental la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses".

Sin embargo, si tú y tu pareja no desean tener un bebé de inmediato, es aconsejable que utilicen algún método de control anticonceptivo en cuanto reanuden sus relaciones sexuales, ya que es difícil determinar cuánto tardarás en recuperar tu fertilidad.

Para la selección del método anticonceptivo más idóneo durante el periodo de lactancia, hay que prestar atención a los riesgos y beneficios que cada uno de los métodos pueda tener tanto para ti como para tu bebé.

Debes considerar utilizar un método anticonceptivo alternativo con lactancia cuando:

- ▶ Hayan transcurrido más de seis meses después del parto
- ▶ Si no puedes amamantar a tu hijo durante el día
- ▶ Si tienes sangrados menstruales

Los anticonceptivos de solo progestágeno estarían indicados sin riesgo seis semanas después del parto.

Se recomienda esperar un intervalo de 18 a 23 meses entre embarazos. Durante ese tiempo, puedes amamantar a tu recién nacido y utilizar cualquier método anticonceptivo, con excepción de los hormonales combinados.

Al finalizar la lactancia puedes volver a utilizar un anticonceptivo oral combinado sin ningún problema.

Todos los anticonceptivos tienen efectos adversos asociados, es importante que decidas junto a tu médico el método anticonceptivo que más se adapte a tus necesidades.

Evita la automedicación, consulta siempre a tu ginecólogo.

Esta página no exime por ningún motivo la consulta al médico. Este es un servicio cortesía de Grünenthal.

