

## "Dar el pecho sirve como anticonceptivo"

### MITO O REALIDAD:

- “ *Dar el pecho sirve como anticonceptivo* ”

### Es muy común pensar que...

Al dar el pecho no te puedes quedar embarazada, ¿es esto verdad?



#### Pues esto es ifalso!:

Si quieres planificar tus [embarazos](#) no debes usar la lactancia como único método anticonceptivo.

La [lactancia materna](#) retrasa el retorno de la menstruación.

Tienes menos probabilidades de ovular y de quedarte embarazada si das lactancia materna exclusiva, todavía no has tenido la regla y tu hijo tiene menos de 6 meses. Pero te puedes quedar embarazada ya que los óvulos se producen antes de que venga el período.

Durante la lactancia se pueden usar otros métodos anticonceptivos. [Los anticonceptivos no interrumpen la producción de leche.](#)

Para saber cual es el mejor anticonceptivo para ti debes hablar con tu médico, matrona o enfermera.

**Fecha de publicación:** 27-04-2020

**Autor/es:**

- [M<sup>a</sup> Elena Fernández Segura](#). Pediatra. Centro de Salud de Nerja. Nerja (Málaga)
- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

