Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

"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 ¡falso!:
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 periodo.
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:

- Mª Elena Fernández Segura. Pediatra. Centro de Salud de Nerja. Nerja (Málaga)
- Grupo de Educación para la Salud. AEPap.