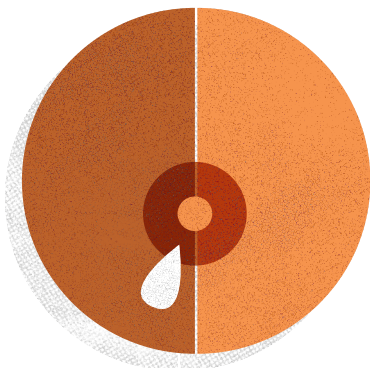


Metodi non ormonali

ALLATTAMENTO ESCLUSIVO AL SENO (LAM LACTATIONAL AMENORRHOEA METHOD)



— Uso quotidiano

— Si gestisce in autonomia

— Il ciclo mestruale
è inibito dall'allattamento
(non c'è sanguinamento)

— Nessun costo

— Favorisce il proseguimento dell'allattamento

— Sicurezza alta

— **Non protegge dalle infezioni sessualmente trasmissibili**

COSS e FSL-TI

COME FUNZIONA?

La produzione di latte materno è legata a diversi fattori tra cui lo stimolo della suzione al seno del/della bambino/a e un ormone (prolattina). Questi fattori inibiscono o bloccano la ripresa del meccanismo ormonale responsabile del ciclo mestruale e quindi la possibilità di incorrere in una gravidanza.

COME SI PRATICA?

La donna allatta in modo esclusivo al seno il/la proprio/a bambino/a (senza aggiunta di acqua, altri liquidi o alimentazione complementare) di giorno e di notte, con intervalli tra le poppate non superiori alle 4 ore di giorno e 6 ore di notte.

QUANDO CI SI DEVE PENSARE?

Giornalmente, per tutto il tempo che si desidera utilizzare il metodo, con la persistenza dell'amenorrea (mancanza delle mestruazioni), ma al massimo per un periodo di 6 mesi dopo il parto.

È COMPATIBILE CON L'ALLATTAMENTO?

L'allattamento stesso svolge la funzione contraccettiva.

