

¿Tiene preguntas?

Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermeras las 24 horas del día.

Estamos aquí para ayudarlo.



Inglés:

(888) 275-8750

Español:

(866) 648-3537

TTY/TDD:

711

Distribuido por Molina Healthcare. Todo el material en este folleto es meramente informativo. No reemplaza las recomendaciones de su proveedor.

Para obtener esta información en otros idiomas y formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. El número telefónico se encuentra en el reverso de la tarjeta de identificación del miembro.

MolinaHealthcare.com



Reanudar la actividad sexual

Posparto



¿Qué tan pronto puedo tener relaciones sexuales?

Algunas mamás se sienten listas para reanudar la actividad sexual unas pocas semanas después de dar a luz. Otras necesitan unos meses o más. Los sentimientos de estrés o temor de sentir dolor pueden afectar el deseo sexual.

Muchos proveedores de atención de la salud sugieren esperar entre cuatro y seis semanas para tener relaciones sexuales. Esto le permite al cuerpo tener el tiempo suficiente para curarse.

¿Dolerá tener relaciones sexuales?

Los cambios en los niveles hormonales pueden hacer que la vagina se seque o esté sensible. Si se siente seca, pruebe usar crema o gel lubricante. Si el dolor persiste, hable con su proveedor.

¿Qué tan pronto debo usar métodos anticonceptivos?

Use métodos anticonceptivos no bien comience a tener relaciones sexuales nuevamente. Hable con su proveedor para averiguar qué método es el mejor para usted.



Dese tiempo para curarse.

Tendrá sangrado después del parto, lo que significa que se sigue curando. El sangrado hace que tenga una mayor probabilidad de contraer infecciones vaginales.

Tener relaciones sexuales **demasiado pronto** también puede causar dolor.

Hable con su proveedor sobre cuándo es el mejor momento para comenzar a tener relaciones sexuales nuevamente.