

## STUDIO GINECOLOGIA BATTAGLIA

Ecografia diagnostica

**Specialista FMH** Ginecologia & Ostetricia Operatorie  
Medicina complementare integrata

**Via Nassa 46 – 6900 LUGANO**

Tel. 0041 91 9232242

Fax 0041 91 9227166

**Via Cantonale 54 – 6983 MAGLIASO**

Tel. **0041 76 5160300**

Fax 0041 91 6009092

Mail Address: [levatrice@studioginecologiabattaglia.com](mailto:levatrice@studioginecologiabattaglia.com)

Web site: [www.studioginecologiabattaglia.com](http://www.studioginecologiabattaglia.com)

FB e Instagram: [studioginecologiabattaglia](https://www.facebook.com/studioginecologiabattaglia)



### RIPRESA DEI RAPPORTI SESSUALI DOPO IL PARTO

La ripresa dei rapporti sessuali dopo il parto deve tener conto di diversi fattori sia di natura fisica che psicologica. Generalmente è bene attendere 30-40 giorni che coincide con il periodo del puerperio al termine del quale si effettua il controllo post parto presso il ginecologo, ma per quali motivi?

Nel caso di un **parto vaginale senza lacerazione dei tessuti o episiotomia**, 30-40 giorni è il tempo necessario affinché i genitali riacquistino elasticità e tono, si risolva il gonfiore e lo stato infiammatorio. Bisogna inoltre ricordare che nelle successive 4-6 settimane dopo il parto sono presenti le lochiazioni, le fisiologiche perdite di sangue puerperali, che potrebbero creare disagio e scoraggiare la coppia dall'aver rapporti sessuali.

Nel caso di un **parto vaginale con lacerazioni spontanee o episiotomia**, i 30-40 giorni sono indispensabili affinché i punti di sutura si riassorbano e si completi il processo di cicatrizzazione. Diversamente il rapporto sessuale potrebbe facilmente provocare dolore e rallentare il processo di guarigione, come anche favorire il proliferare di germi e l'insorgenza di un focolaio di infezione. Per questa ragione l'igiene intima deve essere praticata in modo scrupoloso seguendo i consigli del medico e dell'ostetrica, e nel momento della ripresa dell'intimità eseguirla sia prima che dopo il rapporto sessuale, abitudine che dovrebbe essere attuata anche dal partner. Per quanto concerne il rischio infettivo oltre alle precauzioni riguardo il sesso, la donna dovrebbe evitare l'uso di tamponi interni e non fare il bagno per 4-6 settimane.

Se la nascita è avvenuta tramite **taglio cesareo**, ovviamente non è presente un coinvolgimento diretto dei genitali, tuttavia la pressione e l'azione meccanica del rapporto sessuale può comunque provocare dolore. Per questa ragione viene ugualmente consigliata un'attesa di 30-40 giorni per garantire il ripristino dell'integrità dei tessuti.

Infine non va dimenticata la **componente psicologica**. Al di là delle considerazioni prettamente fisiche, non è detto che una donna sia pronta a riprendere l'attività sessuale a distanza di circa un mese dal parto. Le prime settimane con il bambino sono impegnative e spesso la neomamma si sente affaticata e totalmente impegnata nella cura del neonato, a volte il vissuto traumatico di un parto diverso dal proprio immaginario può allontanare il desiderio sessuale, senza contare il fisiologico calo ormonale che caratterizza il puerperio e che provoca una diminuzione della libido. In alcuni casi invece non solo la donna ha bisogno di più tempo per ritrovare il desiderio sessuale, anche il partner può sentirsi in qualche modo inibito. Potrebbe volerci più tempo per elaborare l'esperienza del parto della propria compagna o per assolvere ai nuovi doveri di padre, o per superare il timore di provocare dolore durante i rapporti.

In conclusione esiste un tempo minimo di attesa di 30-40 da un punto di vista dei tessuti, tuttavia in alcuni casi può volerci più tempo. Una coppia deve quindi decidere in totale armonia il momento giusto rispettando ovviamente le eventuali indicazioni mediche.

È bene ancora ricordare che aspettare e darsi il tempo giusto è essenziale, ma allo stesso tempo non bisogna tralasciare l'importanza dell'intimità di coppia: i neogenitori sono e restano sempre una donna e un uomo che necessitano di coltivare positivamente la relazione di intimità per il bene del proprio rapporto.