Tatuajes y piercings durante el embarazo y la lactancia

Los tatuajes permanentes y piercings ayudan a las personas a expresarse y a darle a su cuerpo una «pintura personalizada». Pueden representar individualidad, personalidad y pasiones. En mi caso, ¡me encanta el proceso de elegir una nueva obra de arte para usar en mi cuerpo!

Los especialistas de MotherToBaby reciben preguntas frecuentes sobre la seguridad de tatuajes y piercings durante el embarazo y la lactancia. Existen muchas pautas generales de seguridad que los tatuadores y perforadores siguen para mantener a sus clientes lo más saludables posible. ¿Esto se ve diferente para quienes están embarazadas o lactando?

¿Qué muestra la investigación?

Esto es difícil responder dado que no existe mucha investigación sobre tatuajes y piercings durante el embarazo o la lactancia. Esto se debe principalmente a que son cosméticos y no necesarios para la atención médica o la vida diaria. Sin estudios de investigación, nos resulta difícil conocer los riesgos de los tatuajes y piercings durante el embarazo o la lactancia. Sin embargo, podemos hablar sobre lo que se sabe y lo que alguien podría considerar antes de hacerse un tatuaje o piercing.

El sistema inmunológico: Infecciones y reacciones

Durante el embarazo, el sistema inmunológico cambia, lo que puede facilitar ciertas infecciones, incluyendo algunas que son raras pero peligrosas. Con cualquier tatuaje o piercing, existe un pequeño riesgo de infección, incluso si tú y la persona que realiza el tatuaje o piercing toman precauciones.

- Las infecciones bacterianas más comunes por modificaciones corporales provienen de bacterias del tipo estafilococo y estreptococo (consulta nuestras hojas informativas en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/estafilococo-aureus/, https://mothertobaby.org/fact-sheets/group-a-strep-infections/ y https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/infecciones-por-estreptococos-del-grupo-b-gbs/). Estas infecciones pueden ocurrir durante un tatuaje o perforación por no seguir los hábitos adecuados de limpieza, o por el contacto diario normal con el nuevo tatuaje o piercing. La mayoría de las veces, estas infecciones permanecen locales (en el área donde se hizo el tatuaje o piercing), pero a veces pueden llegar al torrente sanguíneo y causar enfermedades más graves.

- Rara vez, alguien puede contraer infecciones más graves, como hepatitis, VIH o sífilis, por un tatuaje o piercing. Estas infecciones se han detectado cuando un profesional o tienda de tatuajes o piercings no sigue estrictas pautas de higiene o esterilización.

Las personas pueden experimentar reacciones alérgicas durante el tatuaje o los piercings. Esto puede provenir de los

ingredientes que se encuentran en la tinta de tatuajes, los metales usados en los piercings, o incluso de algunos de los materiales usados por el perforador o tatuador. Debido a esos cambios inmunológicos durante el embarazo, es posible tener una nueva reacción o una reacción más fuerte a una exposición durante un tatuaje o piercing durante el embarazo.

Los piercings durante el embarazo

La Asociación de Perforadores Profesionales, una organización internacional de salud y seguridad que busca apoyar tanto a los profesionales del piercing como al público, no recomienda hacerse un nuevo piercing ni alargar uno que ya tiene durante el embarazo. Además del riesgo bajo de infección, también es posible que la cicatrización de un piercing se vea afectada negativamente por los cambios inmunológicos durante el embarazo. De hecho, alguien podría notar que un piercing ya sanado podría irritarse durante el embarazo. La Asociación of Perforadores Profesionales sugiere esperar hasta los 3 meses después del embarazo para considerar hacerse un nuevo piercing.

Los piercings y la lactancia materna

Debido a que el cuerpo no tiene las mismas necesidades del sistema inmunológico durante la lactancia como en el embarazo, los piercings suelen considerarse aceptables durante la lactancia, menos los piercings en los pezones. La Asociación de Perforadores Profesionales sugiere esperar 3 meses después de dejar de amamantar antes de hacerse un piercing en el pezón.

No se ha demostrado que los piercings existentes en los pezones afecten la capacidad de amamantar. Sin embargo, tener un piercing en el pezón puede causar acumulación de tejido de cicatriz, lo que podría bloquear o dañar algunos conductos de la leche. También existe la posibilidad de que la leche se filtre por los orificios de la perforación. Se recomienda quitar las joyas para los pezones durante las tomas para evitar riesgos de asfixia o interferir con el agarre. Si usas un extractor, quitar las joyas en los pezones mientras extraes leche mejorará tu comodidad y podría ayudar a que tu extractor funcione mejor.

Tatuajes durante el embarazo

Además de que las agujas dañan la piel, hacerse un tatuaje permanente también implica colocar tinta en el cuerpo. Estas tintas incluyen muchos químicos e ingredientes diferentes, y no existe investigaciones sobre el uso de muchos de estos ingredientes durante el embarazo. Además, se espera que la tinta para tatuajes permanezca en las capas de la piel, pero no se sabe cuánta, si es que alguna, de los ingredientes de la tinta llega al torrente sanguíneo.

Existe una preocupación teórica (no comprobada) de que si alguien recibiera una inyección para el dolor en la espalda (llamada epidural) sobre un tatuaje en la espalda, algunos pigmentos de la piel tatuada podrían llegar a partes del cuerpo cerca del sitio epidural. Por esto, un profesional de la salud normalmente trataría de evitar las áreas tatuadas. Asegúrate de hablar con tu equipo de salud sobre cualquier preocupación relacionada con tus tatuajes.

Tatuajes y lactancia materna

No existe investigación sobre la seguridad del tatuaje durante la lactancia. Existen preocupaciones teóricas (no comprobadas) sobre ingredientes o infecciones de tatuajes que pueden afectar a un lactante. Algunos profesionales de la salud sugieren no hacerse un nuevo tatuaje durante la lactancia y otros sugieren esperar hasta que el bebé tenga entre 9 y 12 meses o sea destetado de la leche materna para disminuir cualquier riesgo. Esta sugerencia no se basa en estudios de investigación, sino más bien en una sugerencia por precaución.

La conclusión

Aunque los tatuajes y piercings son formas maravillosas para que alguien se exprese, existen algunos riesgos al hacérselos durante el embarazo o la lactancia. Muchos tatuadores y perforadores no estarán dispuestos a hacerse tatuajes y perforaciones mientras alguien está embarazada o amamantando.

Tu proveedor de atención médica puede hablar contigo sobre algunas de las preocupaciones de salud relacionadas con tatuajes y piercings. La Asociación de Perforadores Profesionales tiene recursos para seleccionar un perforador en https://safepiercing.org/picking-your-piercer/ y preguntas frecuentes incluso sobre el embarazo y la lactancia en https://safepiercing.org/piercing-faq/ (con la opción de traducir las páginas al español).

Como siempre, MotherToBaby está aquí para ayudarte a responder cualquier pregunta que puedas tener durante el embarazo o la lactancia.

Referencias

Association of Professional Piercers. (N.D.) Frequently Asked Questions. Available at: https://safepiercing.org/piercing-faq/. Accessed 19 May 2026.

Patel, M; Cobbs, C.G. 2015. Infections from Body Piercing and Tattoos. Microbiology Spectrum 3:10.1128/microbiolspec.iol5-0016-2015.

Roche-Paull R. Body modifications and breastfeeding: What you need to know. J Hum Lact. 2015;31:552–553.

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en MotherToBaby.org .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 23 de noviembre de 2026.