GINECOLOGIA

L'ABC DELLA PILLOLA

È il metodo contraccettivo più sicuro. Occorre però sempre informarsi sul tipo più idoneo e tenere conto, anche, che in alcuni casi può essere controindicato

L'estate e le vacanze, specie per le più giovani, sono all'insegna del divertimento, e spesso della trasgressione. E per una sessualità libera da preoccupazioni, la pillola contraccettiva può essere considerata ottimale. Cerchiamo però di saperne di più grazie a Stefania Piloni, ginecologa milanese, ideatrice del progetto *Educazione sentimentale e sessuale per adolescenti*, dell'associazione *Sex Pass*, *www.sexpassedu.it*, che è stato portato anche nelle scuole.

◆ Come funziona Ha una doppia azione: non solo impedisce la formazione della cellula uovo, ma rende anche inadatto l'endometrio (il tessuto interno all'utero) all'impianto dell'embrione. Questo la rende il metodo contraccettivo più sicuro, infatti la sua efficacia sfiora il 100 per cento.

◆ A chi è adatta È ideale per chi ha un legame stabile. Bisogna infatti tenere presente che questo contraccettivo non previene e non contrasta le malattie sessualmente trasmissibili. Chi non ha un compagno fisso farà bene quindi ad aggiungere all'uso della pillola anche quello del preservativo.

◆ A chi è sconsigliata Non viene prescritta a chi ha avuto un fenomeno di ischemia (tromboflebite, ictus, infarto), chi ha superato i 35 anni e fuma più di 15 sigarette al giorno, chi ha alterazioni dei fattori di coagulazione e chi ha avuto un tumore al seno. Non è inoltre consigliata a chi ha problematiche neurologiche importanti, per esempio l'epilessia.

◆ Esami preventivi Prima di consigliarla, il ginecologo prescrive alcuni esami da fare con un semplice prelievo: sono quelli che indagano i fattori della coagulazione del sangue, i test della funzionalità del fegato e quelli dei valori del colesterolo.

◆ Somministrazione Di solito ogni confezione contiene 21 confetti, ne va preso uno ogni 24 ore, iniziando dal primo giorno di mestruazione. Dopo tre settimane si osserva una pausa, in cui compare un leggero flusso mestruale. Attenzione: questo farmaco "funziona" solo quando è assunto correttamente: se si salta un confetto ci sono 12 ore di tempo per prenderlo; superato questo intervallo, l'efficacia diminuisce.

◆ Effetti collaterali Molte donne non ne hanno affatto, in altre potrebbero comparire nausea mattutina, cefalea, calo del desiderio e soprattutto ritenzione idrica. Le pillole a basso dosaggio, quelle di solito prescritte oggi, impegnano poco il fegato e non aumentano l'appetito.

◆ Tempo di assunzione In generale non esiste una controindicazione al suo uso prolungato, ma è indispensabile un confronto periodico con il ginecologo, posto che l'utilizzo protratto negli anni può anche dare luogo a un aumento del colesterolo e, di conseguenza, a un maggior rischio per la pressione. Al di là di tutto, dopo 2-3 anni di assunzione è meglio interromperla per 2-3 cicli, favorendo così la ripresa di ovulazioni e mestruazioni spontanee.

◆ Altri motivi per usarla La pillola può essere utile anche per problemi di acne, peli superflui, cicli molto dolorosi o irregolari, per la cura di microcisti o cisti ovariche e nell'endometriosi.

◆ Quando si smette Smettendo la pillola, la funzionalità ovarica riprende subito, quindi si può restare incinte. In genere, però, si consiglia di lasciar passare almeno un ciclo naturale prima dell'inizio della gravidanza.

Maria Giubilari

Il giusto dosaggio ormonale

In commercio oggi si trovano svariate pillole, differenti per tipologia e quota di ormoni (estrogeni e progestinici) e a ciascuna di noi, indipendentemente dall'età, serve una prescrizione ormonale bilanciata e tarata sulle personali esigenze.

◆ In allattamento si usa la pillola progestinica (senza estrogeni), valida anche per chi soffre di cefalea o ha controindicazioni all'uso di estrogeni.

◆ Le pillole con il drospirenone sono ottime per l'acne e indicate nella policistosi ovarica.

◆ Il dienogest è un progestinico presente in molte pillole, indicato per chi ha forti dolori mestruali.

◆ Quella con valerato è invece la più "naturale", perché questo è un estrogeno speciale, che il corpo tollera davvero bene.