

OGGI IN FAMIGLIA SALUTE E BENESSERE

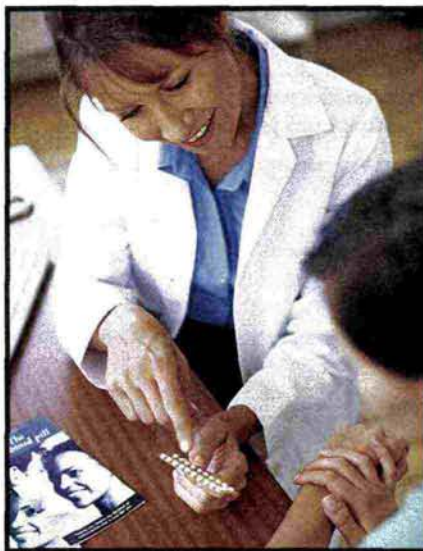
CONTRACCEZIONE

C'È UNA PILLOLA SU MISURA PER TE

OLTRE A EVITARE GRAVIDANZE, L'ANTICONCEZIONALE ORALE PREVIENE I TUMORI, CURA L'ENDOMETRIOSI E L'ACNE. MA VA PRESCRITTA IN MODO CORRETTO

Solo il 16,2 per cento delle italiane usa la pillola, contro una media europea del 21,4. Perché tanta riluttanza? Secondo un'indagine di O.N.Da (Osservatorio nazionale sulla salute della donna) su 600 italiane, le preoccupazioni più diffuse riguardano l'insorgenza di tumori o trombose, l'aumento di peso, la riduzione della fertilità. Per fare chiarezza, la Sic, Società italiana della contraccezione, ha messo a punto un decalogo che sfata i miti del trattamento ormonale ed evidenzia i benefici. «Uno studio inglese su oltre 300 mila donne ha dimostrato che la pillola non solo riduce la mortalità per tumori, ma anche quella in generale», puntualizza Annibale Volpe, *past president* della Sic. «Gli estro-progestinici prevengono i tumori all'ovaio, all'endometrio e al colon-retto. La scomparsa del flusso mestruale provocata da alcuni contraccettivi orali può aiutare chi è soggetto ad anemia, e deve fronteggiare cicli abbondanti, chi soffre di sindrome premestruale o di mestruazioni dolorose. Infine, la pillola cura l'endometriosi, che colpisce una donna su dieci».

Questioni di linea. Le più giovani sembrano preoccupate per la linea. «Si pensa che la pillola non sia adatta alle *teenager*», commenta Volpe. «E invece non c'è alcuna ragione per non assumerla fin dai primi rapporti; è anche il trattamento ormonale per curare acne e peluria in eccesso. Molti studi confermano che le variazioni sulla bilancia dipendono più da una dieta squilibrata e dallo scarso esercizio fisico. Può



La pillola va prescritta valutando la storia personale e familiare della donna. Con un controllo dopo tre mesi.

esserci ritenzione idrica, ma se si manifesta, lo specialista può consigliare una pillola differente». Oggi, in effetti, è riduttivo parlare di "pillola": le opzioni, per combinazione e dosaggi ormonali, sono oltre una trentina. L'importante è trovare quella "su misura" per la donna. «Uno studio in Gran Bretagna ha dimostrato che i danni nel 70% dei casi sono dovuti a un'errata prescrizione medica».

Mariateresa Truncellito

PRECAUZIONI

CON LO STOP PERIODICO SI RISCHIA DI PIÙ LA TROMBOSI

La paura maggiore legata all'uso della pillola è quella di andare incontro a una trombosi venosa profonda. «Il rischio per la popolazione generale è di 2 donne su 10 mila», spiega Volpi. «In chi prende la pillola, sale a 5-12

su 10 mila: numeri comunque piccoli, se si pensa che in gravidanza sono dieci volte più alti (50 donne su 10 mila). La probabilità è maggiore nei primi mesi di utilizzo: perciò le interruzioni periodiche oltre che inutili sono dannose,

perché ogni volta che si ricomincia il rischio risale». Le probabilità di trombosi aumentano se si sale di peso, si comincia a fumare, si sta a lungo immobili. Il medico va consultato in caso di dolore o gonfiore a una gamba.

10 FALSI MITI DA SFATARE

- 1. La pillola fa venire il cancro.** Falso: protegge dal tumore dell'ovaio, dal tumore del corpo dell'utero e dal tumore del colon retto. Per più tempo si è fatto uso della pillola, maggiore è la riduzione del rischio.
- 2. Provoca tromboembolismo venoso.** L'aumento del rischio è basso (circa 10 volte meno che in gravidanza) e dipende dalla dose e dal tipo di estrogeno e dal tipo di progestinico. Ma in caso di predisposizione familiare o malattie della coagulazione la pillola è da evitare.
- 3. Fa calare il desiderio.** Falso: eliminando l'ansia per una gravidanza indesiderata, può favorire l'eroticismo. E aiuta a ridurre la secchezza vaginale.
- 4. Non è per le giovanissime.** Falso: i contraccettivi orali riducono l'acne, la perdita di capelli, seborrea, la peluria indesiderata, che sono causa di sofferenza emotiva per le *teen*.
- 5. Non va bene in premenopausa.** Al contrario, ha un'azione preventiva nei confronti del tumore dell'ovaio il cui picco di incidenza è intorno ai 60-65 anni d'età.
- 6. Può rendere meno fertili.** Appena si smette l'assunzione, la fertilità ritorna come prima. Inoltre, la pillola combatte l'endometriosi, patologia diffusa che può provocare infertilità.
- 7. Peggiora l'umore.** Tutt'altro: studi recenti ne dimostrano l'efficacia sulla sindrome premestruale severa (con ansia, irascibilità, depressione).
- 8. L'amenorrea è pericolosa.** La riduzione del flusso mestruale, invece, evita l'anemia da carenza di ferro.
- 9. Fa ingrassare.** Ormai esistono molti contraccettivi orali, anche naturali. La scelta di quello giusto, permette di evitare la ritenzione idrica e i chili in più.
- 10. Non va bene se il ciclo è irregolare.** Viceversa, uno degli effetti più noti è proprio la regolarizzazione del ritmo mestruale.

● La pillola anticoncezionale entrò per la prima volta in commercio in America, con il nome di «Enovid», il 9 maggio 1960

OGGI 99