

I 60 anni della pillola

La contraccezione orale apporta anche benefici evidenti in molte patologie e disturbi. L'importanza di essere aderenti alla terapia. Bufale e luoghi comuni da sfatare

A cura della redazione di **Optima Salute**

La contraccezione orale è considerata uno dei più grandi avanzamenti sociali avvenuti nel corso del secolo scorso (è stata introdotta nel 1960, 60 anni fa), un momento di grande emancipazione femminile, ma nonostante questo gigantesco passo in avanti, soprattutto sul piano della salute, l'Italia è tra i Paesi europei con minor tasso medio d'impiego (16,2%). Per non parlare della considerevole discrepanza tra le percentuali di utilizzo tra le varie regioni italiane. Basti pensare che al 30,3% della Sardegna, al 23% della Valle d'Aosta ed al 20,1% della Liguria fanno da contraltare il 10% del Sud, con la Campania ultima, ferma al 7,2%. Eppure i benefici indotti dall'uso della pillola contraccettiva riguardano anche un evidente ruolo terapeutico e preventivo in patologie come endometriosi, acne, irsutismo, dismenorrea, sindrome premestruale, anemia sideropenica, neoplasie (endometrio, ovaio, colon), mastopatia fibrocistica, artrite reumatoide, ovaio micropolicistico e cisti ovariche. In tema di contraccezione orale, inoltre, la scienza ha sfatato bufale e luoghi comuni cementatisi negli anni; dubbi e timori svaniscono anzitutto con il supporto del ginecologo o del medico di base, primo, fondamentale, momento di formazione e informazione della donna in merito alla propria contraccezione, ma può essere di supporto anche il confronto con il farmacista di fiducia o magari con il consultorio di zona. A supporto di que-

sta scelta, tutta al femminile, sono quindi a disposizione numerose figure di riferimento, a cui le donne possono rivolgersi per criticità e perplessità legate a sessualità e contraccezione, ma soprattutto per una corretta informazione ed educazione sessuale.

La prescrizione poi è ad opera del proprio ginecologo ed avviene

sempre dopo un'attenta valutazione della paziente, sia dal punto di vista clinico che psico-attitudinale. Anche per la pillola contraccettiva è fondamentale rispettare le corrette modalità di assunzione: va presa tutti i giorni, possibilmente alla stessa ora, per 28 giorni, per poi ricominciare senza interruzione, con la nuova confezione.

TUTTI I FALSI MITI DA SFATARE

FA INGRASSARE, AUMENTA LA CELLULITE. FALSO

Alcune pillole moderne riducono ritenzione idrica e aumento della cellulite.

TANTI ANNI DI CONSUMO RENDONO STERILI. FALSO

Non c'è alcun effetto anticoncezionale a lungo termine sulla fertilità della donna, anzi una volta sospesa la terapia si può rimanere incinta immediatamente.

FA VENIRE IL CANCRO. FALSO

I contraccettivi orali sono efficaci nel prevenire molti tumori (ovaio, endometrio, colon retto). Nel caso dei carcinomi endometriale e dell'ovaio l'effetto protettivo degli estrogeni persiste per più di 20 anni dopo la sospensione.

RIDUCE IL DESIDERIO SESSUALE. FALSO

Anzi, può favorire la sessualità, potendo vivere rapporti senza preoccupazioni e favorire un ottimo rapporto con il partner.

PEGGIORA L'UMORE. FALSO

Al contrario, riduce i sintomi della sindrome premestruale, come nervosismo, aggressività e variazioni dell'umore in senso peggiorativo.

NON È ADATTA A CHI SOFFRE DI DISMENORREA. FALSO

Con la pillola, venendo a mancare la mestruazione, viene meno anche il dolore a questo associato.

L'AMENORREA PROVOCATA È DANNOSA. FALSO

L'utilizzo della contraccezione può portare all'eliminazione della mestruazione (amenorrea). I benefici sono relativi alla mancanza di anemia da carenza di ferro.

NON È ADATTA A CHI HA IL CICLO IRREGOLARE. FALSO

Uno degli effetti più noti è proprio quello della regolarizzazione del ciclo mestruale.