

# La pillola anticoncezionale: *un'alleata per la salute*

*Oltre ai vantaggi contraccettivi aiuta a prevenire tumori e a contrastare l'acne*

**D**a quando la pillola ha fatto la sua comparsa negli anni '60 la ricerca ha fatto molti passi avanti, ma nonostante ciò ci sono molti pregiudizi circa il suo utilizzo. Secondo un'indagine di O.N.D.A. (Osservatorio nazionale sulla salute della donna), in Italia solo il 16,2% delle donne assume la pillola, numeri che ci portano al di sotto della media europea. Sono ancora molti i falsi miti da sfatare circa l'assunzione della pillola, come ad esempio l'aumento di peso, trombosi, calo del desiderio, infertilità.

La Sic (Società italiana della contraccezione) ha messo a punto un decalogo per far chiarezza ed evidenziarne i benefici. Studi clinici condotti in questi anni, hanno dimostrato che gli estrogeno-progestinici prevengono i tumori all'ovaio, all'endometrio e al colon retto. Per quanto riguarda il tumore all'ovaio l'assunzione della pillola riduce il rischio del 20% ogni 5 anni di utilizzo. Per il cancro all'endometrio, riduce il rischio del 50% e mantiene un effetto protettivo per circa 20 anni dopo la sua sospensione. Una ricerca anglosassone, condotta su oltre 300 mila donne che assumevano regolarmente la pillola, ha dimostrato una diminuzione della mortalità, 1 caso in meno su 10, oltre che per malattie di tipo tumorale, anche per patologie cardiovascolari.

L'efficacia della pillola è comprovata anche contro l'endometriosi, che affligge circa il 10% delle donne.

Può essere un aiuto anche per chi soffre di iperandrogenismo, che porta disturbi come acne, seborrea eccessiva, perdita di capelli, peluria, in quanto il contraccettivo ormonale riduce l'attività delle ovaie e la produzione di ormoni androgeni. In più



la scomparsa del flusso mestruale provocata da alcuni contraccettivi può aiutare in caso di flusso abbondante in presenza di anemia", afferma Annibale Volpe, past president della Sic. Il rivestimento epiteliale dell'utero è generalmente più sottile rispetto a un normale ciclo ovulatorio e di conseguenza la perdita mestruale risulta ridotta ed il suo conseguente dolore.

Un altro mito da sfatare è quello che l'utilizzo pillola provochi una trombosi venosa profonda. Annibale Volpi spiega che il rischio è minimo, colpisce 2 donne su diecimila. Le probabilità di trombosi aumentano se si sale di peso e se si fuma. La pillola è un alleato importante anche per le teenager, non interferisce sul metabolismo e sulla crescita, un valido aiuto per un'età a rischio dal punto di vista dei comportamenti sessuali.

L'aumento di peso ingiustamente attribuito alla pillola spesso deriva da comportamenti sbagliati a tavola e scarso esercizio fisico.

Oggi le donne hanno a disposizione una vasta gamma di pillole contraccettive, tra le quali possono scegliere quello che meglio risponde alle proprie esigenze e abitudini.

Per individuare la pillola più adatta, è fondamentale rivolgersi al proprio ginecologo: più accurato è il medico nel personalizzare la scelta del contraccettivo, sulla base delle esigenze personali e della storia clinica della paziente, migliore sarà la risposta in termini di accettazione, aderenza e continuità.