

Contraccezione e mestruazioni

Quando l'assenza del ciclo non è uno svantaggio

La mestruazione rappresenta un insieme di cambiamenti ormonali legati alla fine di un ciclo ovarico.

Dopo il periodo postovulatorio, viene creato un nuovo endometrio (la mucosa che riveste la superficie dell'utero), che permetterà l'impianto dell'embrione fecondato. Se la fecondazione non avviene, dopo un periodo ristretto, l'endometrio non è più in grado di permettere l'impianto, di conseguenza si sfalda e viene eliminato con la mestruazione, per dare spazio a un nuovo endometrio.

La mestruazione ha quindi un ruolo legato all'attività riproduttiva.

Nella coscienza collettiva, avere delle mestruazioni regolari, è segno di salute riproduttiva generale, sinonimo che la ciclicità del sistema riproduttivo è ben conservata.

Dall'antichità ad oggi, il numero di gravidanze si è notevolmente ridotto, con conseguente aumento del numero di mestruazioni in un anno, da 160 a 400.

Nonostante ci sia la credenza che la mestruazione purifichi e che sia rassicurante in quanto esclude una gravidanza, circa il 70% delle donne ne farebbe volentieri a meno. La mestruazione interferisce nella vita di una donna condizionando l'attività sessuale, l'attività sportiva, l'abbigliamento.

Non solo, esistono disturbi strettamente legati alla presenza delle mestruazioni, come ad esempio crampi uterini, a volte talmente intensi da richiedere l'uso di antidolorifici, che condizionano l'attività lavorativa, sociale o di studio. La dismenorrea, il ciclo mestruale doloroso, causa il deterioramento della qualità di vita delle donne che ne soffrono.

Il flusso abbondante oltre a comportare una maggiore spesa per l'acquisto di assorbenti, provoca stanchezza, irritabilità, difficoltà di concentrazione.

Esistono altri disturbi legati ai cambiamenti ormonali che sottintendono la comparsa delle mestruazioni, come la sindrome premestruale, la cefalea, l'epilessia, malattie immunitarie.



I contraccettivi ormonali sono stati studiati per mimare questo fenomeno e per creare appunto una mestruazione mensile.

Lo scopo di indurre un sanguinamento durante la contraccezione, ha solo un significato puramente psicologico, in quanto non è indice di salute riproduttiva. Inoltre aiuta a ridurre il dolore mestruale e la sua frequenza può essere modificata.

La contraccezione è spesso usata per alleviare i disturbi legati alla mestruazione.

Inoltre, la non interruzione del contraccettivo ormonale impedisce che si realizzi il sanguinamento da sospensione. E' possibile quindi allungare l'intervallo tra una mestruazione e l'altra per un certo periodo di tempo. Sempre più donne, comprese le donne italiane, desiderano regimi prolungati tra una mestruazione e l'altra. IL 35% delle donne preferirebbe avere una ciclicità mestruale, il 30% invece non desidererebbe mai averla e la quota restante preferirebbe un lungo intervallo tra una mestruazione e l'altra, in quanto condiziona la vita sessuale delle donne, l'abbigliamento, l'attività sportive, la vita sociale.

In conclusione, la mestruazione non è sinonimo di benessere biologico. Il rallentamento dei flussi mestruali indotti dalla contraccezione non ha effetti negativi, anzi, aiuta a ridurre disturbi e patologie provocati dalla comparsa del flusso mestruale.

Il mancato sanguinamento in corso di contraccezione ormonale porta dei vantaggi, sia in termini di salute, sia a livello di qualità di vita.

