Contraccezione: il cerotto è sicuro?

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Ho 17 anni, un ragazzo che mi adora e un problema: mi dimentico la pillola troppo spesso e mi prendo degli spaventi pazzeschi. La mia ginecologa mi ha consigliato il cerotto, ma io ho molti dubbi e vorrei il suo parere: è vero che il cerotto è sicuro, per non restare incinte, perfino più della pillola? Come funziona? E' possibile che messo sulla pelle mi protegga dalle gravidanze? Posso davvero stare tranquilla? E se si stacca? Posso fare sport come prima? Non mi farà ingrassare? Io ho il terrore di restare incinta...".
Carolina F. (Treviso)

Ti rispondo volentieri, Carolina, perché i tuoi dubbi sono comuni a moltissime ragazze che cercano un'alternativa alla pillola contraccettiva... e allo stesso tempo hanno paura di utilizzare un metodo nuovo. In realtà, l'uso è molto semplice: si utilizza un cerotto contraccettivo alla settimana, applicato sulla pelle, contro una pillola al giorno: è questa una delle marce in più di questo metodo. Ogni cerotto dura sette giorni consecutivi, superati i quali va sostituito con uno nuovo. Dopo tre settimane e tre cerotti, è prevista una pausa di sette giorni, proprio come nella pillola tradizionale. Nella settimana di sospensione, dopo tre-quattro giorni dalla rimozione del terzo cerotto, compare il ciclo mestruale; poi, dopo la settimana di pausa dall'ultimo cerotto, si riparte con un nuovo cerotto e un nuovo ciclo.

Come fa un farmaco messo sulla pelle a entrare nel corpo e funzionare?
Semplice: il cerotto contiene il farmaco, che viene ceduto gradualmente alla pelle. Da lì attraversa i diversi straterelli di tessuto della cute ed entra nei vasi sanguigni dirigendosi direttamente verso tutti gli organi che hanno bisogno degli estrogeni per stare bene. Raggiunge anche la centralina del cervello ("ipotalamo") che produce gli ormoni che inducono l'ovulazione e la mette in vacanza per il tempo desiderato. Quando non c'è più bisogno della contraccezione, si toglie il cerotto: gli ormoni contraccettivi scompaiono dal sangue e la centralina torna a lavorare e a coordinare sia l'ovulazione sia la produzione di ormoni femminili.

Il cerotto è sicuro come la pillola?
E' più sicuro perché grazie alla costante quantità di ormone rilasciata garantisce che nel sangue ci siano livelli costanti di estrogeni e progestinici, efficaci nelle 24 ore e nei 7 giorni di assunzione: ecco uno dei vantaggi migliori. Un vantaggio in comune con l'altro nuovo metodo, l'anello contraccettivo vaginale, di cui parleremo un'altra volta. E' questa la grande differenza rispetto alla pillola, in cui i livelli nel sangue sono diversi, con un picco massimo dopo qualche ora dall'assunzione e un picco minimo dopo 24 ore dall'assunzione. Per questo con la pillola le dimenticanze sono più pericolose: causando un'ulteriore riduzione dei livelli di ormone nel sangue possono facilitare la ripresa spontanea e indesiderata dell'attività ovulatoria. Infine il

© 2006 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

cerotto è più efficace perché la sua azione non dipende dai capricci dell'apparato digerente, mentre un solo episodio di vomito, o di diarrea, può far saltare la copertura contraccettiva della pillola. Risultato? Il cerotto garantisce una soddisfazione e continuità di utilizzo del 20,1 per cento superiore (dal 66,7 per cento all'87,8 per cento) proprio nelle ragazze di età inferiore ai 20 anni, come hanno mostrato gli studi che mettono a confronto la pillola e il cerotto contraccettivo.

Fa ingrassare?
No: non influisce sul peso, né sulla cellulite, in virtù dei bassi dosaggi ormonali e del nuovo progestinico, la norelgestromina, simile al progesterone naturale. L'incremento medio di peso oscilla sui 300 grammi nel periodo dei 21 giorni di assunzione, e scompare nella settimana di sospensione, come succede nel ciclo normale. Fa attenzione, però, Carolina, a non mangiare di più con l'alibi che è il cerotto che fa ingrassare! Se eccezionalmente tendessi ad aumentare di peso, parlane subito con la tua ginecologa. E' poi importante mantenere stili di vita sani, i migliori amici di una forma perfetta!

Il cerotto protegge da ogni problema causato dai rapporti?
Attenzione! Protegge con sicurezza dai concepimenti indesiderati ma, come la pillola, non protegge dalle malattie sessualmente trasmesse! In caso di nuovi partner, o di fedeltà non certa, l'uso del profilattico è necessario per proteggersi dal rischio di queste malattie.

Che fare perché non si stacchi?
Non usare creme, oli o altri cosmetici sulla zona di pelle prescelta per l'uso, e, per sicurezza, su quella più vicina, per non mettere a repentaglio il potere adesivo del cerotto. E' meglio cambiare zona di applicazione ogni settimana, perché a lungo andare l'adesivo presente sul cerotto – seppure selezionato tra le sostanze più anallergiche – potrebbe irritare la pelle.

E se si stacca?
Il cerotto è stato progettato per resistere in ogni frangente: acqua, sudore, attività sportiva. Tende a non staccarsi, prima di aver terminato la sua missione settimanale, purché si rispetti la regola di applicarlo correttamente. Se si stacca, per qualunque motivo, basta riapplicarne subito uno nuovo. In sintesi, Carolina, il cerotto contraccettivo può aumentare la tua sicurezza, perché riduce i rischi da dimenticanza di assunzione. Dal punto di vista della salute, infine, comporta un minor lavoro per il fegato, come succede per tutti i farmaci assunti attraverso la pelle, che si dirigono direttamente agli organi bersaglio. Contenta?

Approfondimento – Il cerotto può essere un'alternativa a chi non può usare la pillola?
Sì, per alcune donne può essere l'alternativa per eccellenza. Il cerotto è utile per le donne:
- intolleranti al lattosio, uno zucchero usato come eccipiente nella pillola, come ha recentemente

© 2006 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

ricordato l'American Gastroenterological Association;
- che hanno problemi di deglutizione;
- che lamentano frequenti disturbi digestivi;
- che soffrono di colon irritabile e hanno frequenti episodi di diarrea;
- che hanno disturbi del comportamento alimentare (come la bulimia con vomito autoindotto).

Dal punto di vista degli altri vantaggi per la salute, quali la riduzione di anemie, cisti ovariche, alterazioni mestruali, e riduzione del rischio di tumori dell'endometrio o dell'ovaio, il cerotto è invece sovrapponibile all'ottima pillola contraccettiva o all'anello vaginale.

© 2006 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it