

## **Pillola contraccettiva: i fattori che ne influenzano l'efficacia**

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

*Si può rimanere incinta anche usando la pillola contraccettiva? Un'inglese, pur dicendo di averla assunta con regolarità, ha avuto tre gravidanze inaspettate (l'ultima con parto trigemellare).*

Sì, può succedere, soprattutto per errori di assunzione. Negli studi clinici, l'uso perfetto della pillola si accompagna a un'efficacia contraccettiva del 99,8% (indice di Pearl). Nella vita reale l'efficacia può ridursi per un uso imperfetto: la prima causa sono le dimenticanze della pillola. Con il conteggio elettronico si è visto che le donne dimenticano tre volte di più di quanto ammettano. Le ansiose e le adolescenti dimenticano le pillole più di tutte le altre.

L'efficacia dell'inibizione temporanea dell'attività dell'ovaio, essenziale all'efficacia contraccettiva, è massima se la donna assume regolarmente la pillola, tutti i giorni. In caso di dimenticanza, i giorni più a rischio per un'ovulazione sono i primi giorni di assunzione di una nuova confezione, dopo la pausa. Ecco perché i regimi delle pillole più moderne sono cambiati: dal 21 giorni di pillola e 7 di pausa, al 24 + 4 di pausa, al 26 + 2 di pausa, alla pillola in continua, proprio per ridurre l'intervallo senza ormoni tra una confezione e l'altra.

Altri fattori poco considerati includono la sindrome dell'intestino irritabile nella variante diarroica e le gastroenteriti: tutto ciò che accelera il transito intestinale può ridurre l'assorbimento della pillola e quindi la sua efficacia. Attente agli antibiotici: distruggono il microbiota intestinale, e il riassorbimento della pillola stessa può essere ridotto. Non ultimo, attenzione al peso: le donne sovrappeso o francamente obese hanno un maggior volume di distribuzione plasmatico e tissutale del farmaco, e questo può ridurre i livelli al di sotto di quelli necessari per inibire l'ovulazione.

In sintesi: la pillola contraccettiva ha un'efficacia perfetta se la donna la assume in modo responsabile, attento anche ai fattori minimi. Può perdere efficacia quando dimenticanze ripetute, ma anche fattori acquisiti e modificabili, dalla dieta all'obesità (sopra i 90 chili) all'uso di antibiotici, ne riducono l'assorbimento e/o accelerano l'eliminazione, per cui l'ovaio può riprendere a ovulare e la donna a concepire, se c'è un rapporto fecondo.