

## 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.