La pillola spegne il desiderio?

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

"Siamo due sorelle, di 22 e 26 anni. Entrambe usiamo la pillola contraccettiva. Mia sorella è contenta come una pasqua, perché la pillola le ha tolto i brufoli, e i peli in più; i capelli non sono più grassi e lei si sente molto più bella. Mi ha confidato che anche sessualmente va molto meglio di prima. Io invece ho la sensazione che la pillola mi abbia tolto il desiderio. E' possibile che la stessa pillola abbia due effetti opposti? Come è possibile, secondo lei? Forse io dovrei usarne un tipo diverso? Il medico non ci ha detto niente dei possibili effetti sulla sessualità…".
Irene (e Francesca), Cagliari

Sì, Irene, è molto probabile che la pillola che state usando entrambe contenga una sostanza che riduce il livello di androgeni (si veda l'approfondimento al termine di questo articolo): perfetta per la sorella, che ne aveva troppi, forse eccessiva per lei che li aveva normali. Anche la pillola (o un altro contraccettivo ormonale, come il cerotto o l'anello vaginale) va scelta "su misura", proprio per ottimizzare la soddisfazione d'uso e quindi la continuità. Pensiamoci: la contraccezione moderna è nata con l'obiettivo di separare la procreazione dalla sessualità, in modo controllato, efficace, innocuo e reversibile. Con due corollari principali: dare ai futuri genitori la dimensione della scelta di quando avere il figlio; e dare alla sessualità una maggiore dimensione giocosa e creativa: di emozioni, amore, piacere e soddisfazione fisica e psichica. Chiaro che la sessualità deve essere soddisfacente, sennò che contraccezione è?
Purtroppo, è molto frequente che il medico, uomo o donna, non menzioni la sessualità quando parla di contraccezione, come è successo a voi. Una recente indagine internazionale su questo tema ha dimostrato che l'Italia, in questo senso, è il Paese in coda alla graduatoria europea: solo il 4 per cento dei medici parla apertamente con i propri pazienti di sessualità e di possibili implicazioni sessuali dei farmaci. Nella pratica clinica il medico, di famiglia o ginecologo, si concentra sull'aspetto di prevenzione delle gravidanze indesiderate, sottolineando eventuali vantaggi per la salute: dal miglioramento cosmetico, in caso di acne e irsutismo, come è successo a sua sorella, alla riduzione del rischio di cisti ovariche o delle irregolarità mestruali, alla riduzione della dismenorrea o della sindrome premestruale.

In che modo la scelta contraccettiva influenza la sessualità?
Per capirlo, si possono distinguere i metodi contraccettivi in due gruppi. I metodi "coito indipendenti", quali la contraccezione ormonale (orale, la classica "pillola"; tramite cerotto contraccettivo; anello vaginale o impianto), il dispositivo intrauterino e la sterilizzazione, che influiscono sulla sessualità in modo nettamente minore di quelli "coito dipendenti" quali il profilattico, il diaframma o i metodi naturali, che vanno ad interferire direttamente con lo specifico rapporto sessuale.
Tra i metodi di contraccezione ormonale, l'effetto sulla sessualità dipende da fattori biologici, che comprendono il tipo di ormoni contenuti nella pillola (ormoni che sono molto diversi nei vari

© 2007 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

prodotti in commercio – si veda l'approfondimento al termine di questo articolo) e il loro effetto sui diversi aspetti della sessualità; da fattori psicosessuali, che includono anche l'immagine corporea, e relazionali.

Come agisce la contraccezione ormonale sulla funzione sessuale?
L'impatto della contraccezione ormonale (pillola, cerotto contraccettivo o anello contraccettivo) sulla sessualità, riportato nella letteratura scientifica, può essere così riassunto: il 12-27 per cento delle donne riporta un peggioramento, come la nostra Irene; il 55-62 per cento non nota variazioni rilevanti, mentre il 10-18 per cento riferisce un miglioramento significativo, come succede invece alla sorella, con forti difformità tra gli studi. Tuttavia in queste ricerche è presente un grave limite scientifico: fino a pochi anni fa tutte le pillole erano state considerate identiche negli effetti sulla sessualità, con un sostanziale "effetto di classe" che fa torto alle differenze di profilo farmacologico (relative al dosaggio dell'estrogeno, alla via di somministrazione e al tipo di progestinico) e di indicazione clinica. Differenze che possono poi spiegare effetti molto diversi anche dal punto di vista sessuale, come è successo ad Irene e Francesca.

Quanto contano gli aspetti psicologici?
Moltissimo. Se la coppia è in una fase di stanchezza, se il desiderio si era già appannato, la contraccezione ormonale può rendere ancora più evidente la crisi sessuale. Di converso, più la donna è convinta della scelta contraccettiva, più si sente sicura e libera, più è probabile che riporti un impatto positivo anche sulla sessualità. Ugualmente, se si sente molto soddisfatta del miglioramento cosmetico. Corpo e psiche si intrecciano sempre, anche nel rapporto tra contraccezione ormonale e sessualità!

Approfondimento – In che modo la contraccezione ormonale può agire sull'immagine corporea?
La contraccezione ormonale può migliorare l'immagine di sé, il senso di femminilità e la percezione di essere più desiderabile, nelle donne che soffrono di acne e irsutismo, per l'effetto antiandrogenico. In altri termini, per la capacità che la contraccezione ormonale ha di curare i problemi estetici dovuti ad una eccessiva produzione di ormoni maschili da parte dell'ovaio, spesso associata ad una condizione chiamata "micropolicistosi". E' questa soddisfazione estetica che spiega l'alto uso di pillole contraccettive in Sardegna.
Quest'azione curativa è in parte comune a tutti i tipi di contraccezione ormonale perché:
a) inibendo l'attività dell'ovaio, viene ridotta anche la produzione ovarica di testosterone;
b) viene aumentata l'SHBG, la proteina che trasporta il testosterone in forma legata.
L'aspetto curativo specifico è invece ottenuto grazie alla selettiva attività antiandrogenica di alcuni progestinici:
c) due pillole contengono sostanze (il ciproterone acetato e il drospirenone) specificamente curative per l'eccesso di androgeni;
d) il cerotto contraccettivo ha inoltre un progestinico (la norelgestromina) che, a livello di follicoli

© 2007 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

e ghiandole sebacee, inibisce specificamente l'enzima che attiva il testosterone nella sua forma più potente.
Il positivo effetto sull'immagine di sé, e l'aumento di autostima e sicurezza, possono bilanciare e superare, a livello motivazionale, i possibili effetti negativi di questi contraccettivi sulla componente istintuale del desiderio, per la riduzione del livello di testosterone libero.
E' il dialogo aperto tra medico e donna, anche sulle implicazioni estetiche e sessuali della contraccezione, che aiuta a scegliere il vestito ormonale "su misura", per ognuna di noi.

© 2007 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it