# Contraccezione over 40: tutti i benefici per la salute

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

"Mia moglie Eleonora ha 47 anni. Dopo anni di contraccezione naturale e due figli profondamente desiderati, vorremmo passare a un metodo più sicuro. Abbiamo letto che i contraccettivi ormonali fanno bene anche alla salute: potrebbe spiegarci perché? Quali sono, in particolare, i vantaggi del cerotto? Vorremmo adottare un metodo che non abbia effetti collaterali e ci garantisca al cento per cento. Grazie infinite".
Michele e Eleonora (Valle d'Aosta)

Gentili Michele e Eleonora, la contraccezione ormonale (a parte alcune controindicazioni che vedremo fra poco) protegge la salute da diversi punti di vista. Fra le diverse modalità di assunzione, il cerotto presenta poi numerosi vantaggi aggiuntivi, e per Eleonora potrebbe essere la scelta giusta per vivere una sessualità serena e sicura fino alla menopausa.

Quali sono, in generale, i benefici della contraccezione ormonale?
Oltre a proteggere dalle gravidanze indesiderate con una sicurezza altissima (molto vicina al 100 per cento), regolarizzano le mestruazioni, riducendo in particolare i flussi troppo lunghi e abbondanti, cui si associano dismenorrea (dolore mestruale) e anemia da carenza di ferro, a sua volta responsabile di astenia, disturbi cognitivi, caduta dei capelli. Inoltre attenuano la sindrome premestruale, l'insieme dei disturbi – depressione, irritabilità, appetito eccessivo per cibi dolci o salati, gonfiore addominale, aumento di peso – che colpisce molte donne nei giorni precedenti le mestruazioni. Infine, eliminano il dolore ovulatorio e riducono il rischio di cisti ovariche, fibromi, tumori dell'ovaio e dell'endometrio.

E per le donne "over 40", come Eleonora?
Il contraccettivo ormonale garantisce una sicurezza contraccettiva più elevata, perché l'irregolarità ovulatoria tipica della premenopausa rende meno affidabili i metodi naturali, come voi stessi avete giustamente intuito. Inoltre, l'equilibrato apporto ormonale attenua i sintomi premenopausali tipici dell'età e causati dalle crescenti fluttuazioni ormonali: le prime vampate di calore e le prime tachicardie notturne, i disturbi del sonno, i dolori articolari e la tendenza a ingrassare.

Quali sono gli ulteriori vantaggi del cerotto transdermico?
Il cerotto è più leggero per l'organismo, perché il passaggio diretto dalla pelle al torrente sanguigno consente agli ormoni di saltare la via digestiva e il primo passaggio del fegato, che oltretutto eliminano gran parte dell'ormone assunto per bocca. Risultato: minore lavoro per il

© 2016 - Prof. Alessandra Graziottin - www.alessandragraziottin.it 

fegato, dosaggi ormonali più bassi, maggiore efficacia contraccettiva. Il cerotto inoltre è più sicuro della pillola perché, rilasciando nel sangue una quantità di ormoni costante, ha un'efficacia omogenea nelle 24 ore e nei 7 giorni di assunzione, e garantisce una copertura più efficace anche in caso di dimenticanza.

Cerotto e tumori: ci sono rischi?
Assolutamente no: i vantaggi del cerotto sono identici a quelli offerti dalla pillola. La contraccezione ormonale riduce il rischio di tumore dell'ovaio (40-50%), dell'endometrio (40-50%), del colon (40-60%), e non modifica il rischio di cancro al seno. L'incidenza di questo tumore non è infatti influenzata né dalla modalità di assunzione, né dalla dose e dalla durata, né dall'età di inizio della contraccezione ormonale.

Lei accennava al fatto che il cerotto ha delle controindicazioni: quali sono?
Le stesse di qualsiasi altro contraccettivo ormonale:
- tumori ormonodipendenti (mammella e utero);
- malattie cardiovascolari serie, come l'ipertensione arteriosa severa o il diabete con complicazioni vascolari;
- emicrania severa con aura;
- epatiti in atto;
- pregresse tromboflebiti o trombosi;
- perdite ematiche vaginali di cui non sia chiara la causa.
Il cerotto, inoltre, è sconsigliato a chi soffre di psoriasi e dermatosi perché, aderendo alla pelle, può peggiorare il disturbo cutaneo.