

CONTRACCEZIONE

Per contraccezione si intende l'insieme dei metodi utilizzati per programmare o impedire il verificarsi di una gravidanza.

Esistono diversi metodi contraccettivi:

- **contraccettivi ormonali** (pillola estroprogestinica, anello contraccettivo, cerotto transdermico, contraccettivo sottocutaneo), dispositivi intrauterini (IUD comunemente detta spirale)
- **metodi di barriera** (preservativo o condom, diaframma, metodi chimici, spermicidi (capsule, ovuli, gelatine, creme).
- **metodi naturali** (metodo Ogino-Knaus, metodo della temperatura basale, metodo Billings, coitus interruptus)

I **metodi chirurgici** (sterilizzazione tubarica per la donna e vasectomia per l'uomo) non possono essere considerati metodi contraccettivi veri e propri in quanto, ad oggi, la loro reversibilità non è garantita.

Il **preservativo**, comunemente chiamato anche **condom o profilattico**, è il metodo contraccettivo più usato e più efficace per evitare gravidanze indesiderate nonché prevenire le infezioni sessualmente trasmesse (IST), le quali costituiscono un gruppo di malattie infettive molto diffuse e rappresentano un problema rilevante per la salute pubblica in tutto il mondo.

I requisiti fondamentali da tener presente per la scelta di un contraccettivo sono:

- **Affidabilità/Efficacia contraccettiva.** L'obiettivo principale di un contraccettivo è che abbia una buona efficacia nel prevenire le gravidanze indesiderate.
- **Innocuità/Buona tollerabilità.** Un buon contraccettivo deve essere ben tollerato, non deve indurre effetti secondari indesiderati, durante tutto il periodo di utilizzo e nel futuro.
- **Reversibilità.** Il metodo contraccettivo ideale deve consentire un completo ripristino della fertilità dopo la sua sospensione.
- **Adeguatezza ed accettabilità.** Il metodo contraccettivo più indicato deve essere adatto alle caratteristiche del fisico della donna e alle esigenze del rapporto di coppia.
- **Facilità di applicazione.** Il metodo contraccettivo non deve essere troppo complicato da usare in modo da utilizzarlo correttamente e con regolarità.
- **Costo.** Il costo potrebbe rappresentare un fattore in grado di condizionare la scelta. Occorre valutare però il rapporto costo/beneficio. Una vita sessuale serena, senza timori, e la propria salute non hanno prezzo.

Ogni metodo contraccettivo presenta caratteristiche proprie, che possono essere adatte ed accettate da una donna ma non da un'altra.

La **contraccezione di emergenza** o contraccezione post-coitale, rappresenta una metodica *di supporto* in quanto ha lo scopo di evitare una gravidanza indesiderata dopo un rapporto sessuale non protetto o non protetto adeguatamente pertanto il suo utilizzo è inteso non come metodo contraccettivo abituale, ma limitato a situazioni a rischio di gravidanza.

L'**ostetrica** ricopre un ruolo fondamentale nell'aiutare la donna a scegliere il metodo contraccettivo più adatto a lei informandola sui meccanismi d'azione, rischi, benefici, efficacia, costo e modalità di utilizzo di tutti i contraccettivi esistenti, rapportandoli anche allo stile di vita e allo stato di salute della donna stessa.

Riferimenti:

CONTRACCEZIONE - MINISTERO DELLA SALUTE:

<http://www.salute.gov.it/portale/donna/dettaglioContenutiDonna.jsp?lingua=italiano&id=4475&area=Salute%20donna&menu=societa->

LE MALATTIE A TRASMISSIONE SESSUALE - SIGO Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia:

<http://www.sceglitu.it/sexo-e-salute/mst/le-malattie-a-trasmissione-sessuale-mst/art-126>

COME SCEGLIERE UN CONTRACCETTIVO – (SIGO) Società italiana di ginecologia e ostetricia:

<http://www.sceglitu.it/contraccezione/scegliere/art-109>

GIORNATANAZSALUTEDONNA_IST – Ministero della salute – Consiglio Superiore di Sanità, Aprile 2016:

http://www.sigo.it/wp-content/uploads/2016/05/1GiornataNazSaluteDonna_IST.pdf

Ladwing – London – Davidson, *ASSISTENZA ALLA MATERNITÀ*, 2010 - 7 Ed., Edizione italiana a cura di M. Guana – L. Grassi, Piccin, traduzione italiana a cura di S. Di Mauro e P. Lavagnolo.