Da sapere

**La Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia ha avviato una campagna sul web istituendo siti certificati e affidabili**

# Contraccezione, questa sconosciuta Poco informate le donne italiane

*Le più giovani non conoscono i metodi alternativi alla pillola*

**Fiammetta Trallo**

**MA QUANTO** sono preparate le ragazze su sessualità e contraccezione? Secondo uno studio pubblicato su BMC Womens Health, sembra che le donne italiane siano poco informate sull'argomento. Nonostante l'84 per cento del campione esaminato, circa 2.000 donne tra 18 e 40 anni, abbia espresso il desiderio di cambiare metodo contraccettivo rispetto a quello usato, il dato più singolare emerso è che il 68 per cento delle giovani non conosce i sistemi contraccettivi ormonali alternativi alla pillola. Il 58 per cento ammette di non aver mai sentito parlare di sistemi fit and forget, ovvero metti e dimentica. Impianto sottocutaneo e spirale smart ormonale sono metodi in grado di proteggere per 3-5 anni senza compromettere la fertilità futura. Sono sistemi a basso dosaggio ormonale, insieme a cerotto e anello, sicuri ed efficaci. Inoltre, non comportando la routine dell'assunzione quotidiana, sono a prova di dimenticanza. E molte ragazze ignorano anche l'esistenza della pillola trimestrale o stagionale, pensata per avere solo quattro cicli mestruali in un anno, uno ogni tre mesi.

**AI GINECOLOGI** capita di sentirsi chiedere di passare dalla pillola al cerotto o all'anello da chi ritiene che questi dispositivi non prevedano dosaggi ormonali. E all'estero le cose non vanno molto meglio. Dai dati di un'indagine condotta in dodici paesi su oltre 5.900 donne tra 20 e 30 anni, di cui 500 italiane, per sei donne su 10 è normale avere dolore durante i rapporti, il 56 per cento non conosce la posizione esatta della vagina e secondo il 5 per cento il coito interrotto è un metodo sicuro. Circa il 20 per cento delle donne in tutto il mondo sottovaluta il rischio di rimanere incinta durante rapporti non protetti. Ogni anno, il 90 per cento dei 15 milioni di gravidanze non volute sarebbe evitabile se solo si potessero sfatare i falsi miti sui rischi dei contraccettivi ormonali. Una donna su 5 pensa che non siano adatti per chi non ha ancora avuto un figlio, il 24 per cento crede che possano portare sterilità e il 12 per cento teme un aumento di peso. La disinformazione nasce anche dal fatto che, nonostante più di un terzo delle under 30 voglia più informazioni sulla sessualità e una su due desideri saperne di più su tutti i metodi contraccettivi disponibili, una buona parte si informa prima sul web e consulta il ginecologo solo in un secondo momento.

**IL 22 PER** cento delle italiane tra i 20 e i 30 anni usa internet come prima fonte di informazioni sulla contraccezione e solo il 16 per cento si rivolge al ginecologo. Tra le bufale in rete gira anche quella che la coca cola abbia proprietà spermicide. Per questo la Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia (Sigo) ha deciso di istituire campagne di informazione attraverso l'istituzione di siti affidabili e certificati. E da febbraio è ripartita la campagna 2016 di «Love it! Sesso consapevole» promossa sempre da Sigo in collaborazione con «La pillola senza pillola», progetto educazionale di MSD Italia. Anche quest'anno l'iniziativa si propone di spiegare alle ragazze l'importanza della contraccezione e come vivere la sessualità in maniera responsabile. Nella scorsa edizione, i giovani uomini rappresentavano il 18 per cento dei visitatori dei gazebo «Love It» nelle principali piazze italiane.

**LA SCELTA** IN COMMERCIO CONDOM PER DONNE E TEENAGER

## C'è anche il preservativo contro lo stupro

**LA CONTRACCEZIONE** ormonale non protegge dalle malattie sessuali. Anche se si assume la pillola è consigliabile usare il condom tutte le volte che si hanno rapporti occasionali o si inizia una nuova relazione. Il preservativo femminile non lo conosce quasi nessuno, medici inclusi. In Italia si trova solo nei sexy shop o via web. In nitrile restituisce una sensazione tattile migliore e non dà allergie. Si applica da sei a otto ore prima di un rapporto sessuale. C'è anche il preservativo antistupro: è una membrana di plastica dura che va inserita in vagina. Sembra un normale condom. Nella parte esterna ha protuberanze a forma di denti che a contatto con il pene causano dolori atroci. Si asporta solo con intervento chirurgico. Il London C-Card è un servizio che fornisce gratuitamente preservativi a giovani londinesi tra i 14 e i 24 anni. La C-Card viene erogata presso punti nei quali personale esperto spiega come usare un preservativo in modo corretto e cosa fare e dove andare se si rompe. Preservativi extra small per teenagers sessualmente attivi sono in vendita in Svizzera. La Lamprecht, leader nel settore, ha accolto la richiesta di organizzazioni anti Aids e associazioni di genitori per garantire preservativi adatti alle dimensioni del pene degli adolescenti.

Nausea?
puoi vincerla
SENZA MEDICINALI!
P6 NAUSEA CONTROL® SEA-BAND®
I bracciali P6 Nausea Control® Sea Band® sono un metodo contro il **mal d'auto**, il **mal d'aria** ed il **mal di mare**.
**Semplici da utilizzare**, **agiscono rapidamente** applicando il principio dell'**acupressione** che permette di **controllare nausea e vomito senza assumere medicinali.**
Sono disponibili nelle versioni per **adulti** e per **bambini**, in tessuto **Ipoallergenico**, **lavabili e riutilizzabili oltre 50 volte**.
Disponibili anche per nausea in gravidanza nella versione
P6 Nausea Control Sea Band Mama.
L'ORIGINALE
IN FARMACIA E' un dispositivo medico CE. Leggere attentamente le istruzioni per l'uso. Aut. Min. Sal. 06/07/2015
Distribuito da Consulteam srl – Via Pasquale Paoli, 1 – 22100 Como - www.p6nauseacontrol.com