



SALUTE SESSUALE

ADOLESCENTI, SESSUALITÀ, CONTRACCEZIONE E GRAVIDANZE

LA SESSUALITÀ DEGLI ADOLESCENTI non è facilmente accettata dalle famiglie, dalla scuola e in generale dalla società. Nondimeno, i giovani sono sessualmente attivi, anche se solo una parte di loro ha rapporti sessuali, ed hanno gli stessi diritti sessuali e riproduttivi degli adulti, per cui è opportuno che siano messi nella condizione di essere informati per potere consapevolmente gioire della propria sessualità.

È QUINDI MOLTO IMPORTANTE che i minorenni siano informati su cosa dice la legge, su come evitare gravidanze indesiderate, su come ricorrere alla contraccezione di emergenza e su dove potersi rivolgere. Saranno così più preparati a superare gli ostacoli emotivi e burocratici.

DOPO LA LEGALIZZAZIONE DELL'ABORTO MOLTO RIMANE ANCORA DA FARE; il tasso di aborti tra le giovani è rimasto pressoché costante ed è difficile avere informazioni utili tra i tanti messaggi fuorvianti che ci bombardano. Solo una vera conoscenza è alla base della prevenzione e della autonomia delle proprie scelte sessuali. In primo luogo la conoscenza dei mezzi contraccettivi.

CONTRACCETTIVI

ASTINENZA PERIODICA (conta dei giorni)	NON AFFIDABILE. Con un ciclo regolare di 26-30 giorni sono relativamente sicuri solo i primi 6-7 giorni, compresi quelli del flusso. È un errore contare i giorni dalla fine del flusso.
COITO INTERROTTO	NON AFFIDABILE. Rischio nella fase pre-eiaculatoria. Non avere un secondo rapporto (lavare il pene non serve). Evitare eiaculazioni sui genitali femminili.
PROFILATTICO (condom, preservativo)	USARLO BENE (affidabile). Possono essere venduti ai minori (nei supermercati costano meno). Cambiarlo dopo ogni rapporto di penetrazione. USARLO SEMPRE. L'unica protezione nei confronti delle malattie sessualmente trasmesse (inclusa l'AIDS).
PILLOLA	AFFIDABILE. L'OMS non pone limitazioni per le adolescenti, a parte eventuali controindicazioni mediche. Semplice da usare. Come effetti collaterali, riduce la durata e la quantità del flusso, spesso elimina i dolori mestruali e limita l'acne. Il temuto aumento di peso è un mito da sfatare.
DIAFRAMMA	AFFIDABILE SE USATO BENE. Oggi poco usato. Occorre una buona confidenza con i propri genitali.
SPIRALE	AFFIDABILE. Non consigliato alle adolescenti.
STERILIZZAZIONE FEMMINILE (legatura tube)	AFFIDABILE. Non proponibile alle minorenni.
STERILIZZAZIONE MASCHILE (vasectomia)	AFFIDABILE. Non proponibile alle minorenni.
CONTRACCEZIONE DI EMERGENZA (pillola del giorno dopo)	SOLO PER LE EMERGENZE. Dopo un rapporto sessuale non protetto.
ABORTO (IVG)	NON È UN CONTRACCETTIVO.

CONTRACCEZIONE DI EMERGENZA

In Europa e nel mondo la contraccezione di emergenza, la cosiddetta pillola del giorno dopo (Norlevo o Levonelle) sta diventando un prodotto da banco, senza ricetta. Poiché, dopo un rapporto sessuale a rischio, è maggiormente efficace se assunta entro 12-24 ore, la difficile ricerca della ricetta (obbligatoria) aumenta il rischio di gravidanza indesiderata. Eppure, si tratta di un farmaco meno pericoloso dei comuni analgesici per il mal di testa. Anzi, non è pericoloso affatto. L'abolizione della ricetta eviterebbe 20.000-25.000 aborti l'anno ed aumenterebbe la consapevolezza sulla contraccezione. Quanto si dovrà ancora aspettare perché si sveglino le associazioni delle donne, dei medici e dei consumatori? Non sempre è solo colpa del Ministero. □

SEMPRE CON TE LA PILLOLA DEL GIORNO DOPO "Just in case"

PER LA CONTRACCEZIONE, ai fini dei rapporti sessuali il minore è capace di autodeterminazione prima della maggiore età, e quindi non vi sono limitazioni di legge per coloro che hanno compiuto 13 anni. I Consulteri e le Strutture sanitarie (ospedali e ambulatori ASL) possono prescrivere i contraccettivi (pillola, contraccezione di emergenza, ecc) ai minorenni e sono tenuti al segreto con i genitori. Viceversa, il medico privato e il medico di base (anche se la questione è dibattuta) non sono tenuti al segreto nei confronti dei genitori. L'elenco dei Consulteri è sulla guida telefonica e potete anche rivolgervi a quelli di un'altra zona o di un'altra città.

LA PILLOLA DEL GIORNO DOPO

CONTRACCEZIONE DI EMERGENZA (CE)

Dopo un rapporto sessuale non protetto riduce la probabilità di una gravidanza.

LA PROBABILITÀ DI RIMANERE INCINTA dopo un singolo rapporto sessuale è di circa l'8% (non è poco!). Aumenta durante i giorni fecondi, che sono i cinque che precedono l'ovulazione e quello successivo (fino al 20-30%), ma nessun giorno può considerarsi sicuro. Quando avviene l'ovulazione, nell'apparato genitale femminile ci sono già gli spermatozoi dei rapporti avuti nei giorni precedenti.

SE ASSUNTA TEMPESTIVAMENTE, entro 12-24 ore dal rapporto sessuale, riduce la probabilità di rimanere incinta fino al 90-95% (cioè da 8 a 0,5 probabilità su cento). Successivamente l'efficacia si riduce. Se assunta dopo, tra 48 e 72 ore il rischio di una gravidanza sarà maggiore di 6-8 volte (3-4 probabilità su cento). Successivamente aumenterà ancora, mantenendo però una certa efficacia fino a 120 ore.

COSA FARE? In pratica non vi è alternativa, a meno che si preferisca semplicemente incrociare le dita. Conviene assumerla al più presto, possibilmente entro 12 ore dal rapporto sessuale, poiché ogni 12 ore di ritardo il rischio raddoppia.

QUANDO SERVE? Al minimo dubbio. Rapporto non protetto. Eiaculazione sui genitali. Coito interrotto fallito. Rottura o sfilamento del profilattico. Dimenticanza di due giorni della pillola, o ritardo di più di due giorni della ripresa dell'assunzione della pillola.

È UN ABORTIVO? No. Agisce inibendo e ritardando l'ovulazione, cioè prima della fecondazione, e non interferisce con l'impianto in utero di un uovo fecondato. Infatti, quando la fecondazione è già avvenuta, la CE è probabilmente inefficace.

FA MALE? No. Non è una bomba ormonale. Si tratta di un uso episodico, che non ha le controindicazioni dell'uso a lungo termine della pillola. È forse l'unico farmaco che non ha controindicazioni mediche.

EFFETTI COLLATERALI? Sono transitori e sono gli stessi sintomi di una gravidanza iniziale: nausea (23%), vomito (6%), dolori addominali (18%) e mal di testa (17%). Nel 10% si possono avere delle piccole perdite ematiche o alterazioni del flusso. Se usata più volte durante lo stesso ciclo, comporta irregolarità mestruali temporanee.

USO RIPETUTO? A parte le irregolarità mestruali, è meno efficace della pillola. Quindi sarebbe meglio evitare troppi rapporti a rischio e usare un contraccettivo sicuro (pillola o profilattico).

COME PROCURARSELA? In Italia ci vuole la ricetta medica. Devi recarti al Consultorio o dal tuo medico di base. Quando i consultori sono chiusi, in Guardia Medica o in un Ospedale. Il personale è tenuto al segreto professionale e deve considerarla una prescrizione d'urgenza, poiché il ritardo espone ad un rischio maggiore di una gravidanza indesiderata. Ovviamente non è un'urgenza per la salute, ma nessuno può mandarti via o inviarti da un'altra parte.

SERVE LA VISITA? No. La visita vaginale o l'ecografia per via vaginale non servono. Se non la vuoi fare, puoi rifiutarla e la prescrizione deve esserti fatta lo stesso. Possono invece farti fare il test di gravidanza.

POSSONO RIFIUTARSI? No. Se il medico individua un motivo, deve indicarlo per iscritto sul documento della prestazione assumendosene la responsabilità di fronte a eventuali contestazioni. Non è possibile l'obiezione di coscienza. Se un medico la invoca, deve indicare il rifiuto sul documento della prestazione.

TICKET? Nei consultori e dal medico di base non c'è il ticket. In ospedale, essendo una prestazione non differibile (il rischio di gravidanza raddoppia ogni 12 ore di ritardo) non si deve pagare il ticket (Circolare Assessore Sanità n.969/UC del 31.3.2003).

COME SI USA? Si usa il levonorgestrel, venduto come NORLEVO® e LEVONELLE®. La confezione contiene due compresse e costa 11 euro. Si possono assumere due compresse contemporaneamente o una per volta a distanza di 12 ore. In alternativa si possono usare alcuni tipi di pillola in due somministrazioni a distanza di 12 ore (Metodo di Yuzpe), come indicato in tabella, che sono leggermente meno efficaci, ma che è più facile reperire da qualche amica. In estrema necessità si possono usare anche gli altri tipi di pillola; meglio che usare niente.

PENSARCI PRIMA? Sì. Se hai rapporti sessuali, soprattutto con il profilattico o il coito interrotto, potresti avere difficoltà a procurartela al momento del bisogno.

Il suggerimento è quello di averne una confezione da parte. Se non a te potrebbe servire ad una tua amica.

PER L'ABORTO la legge prevede la firma di entrambi i genitori, a meno che vi siano seri motivi a sconsigliarlo. In questi casi si ricorre al giudice dei minori. Di solito i genitori sono molto più comprensivi di quanto i ragazzi temano. Due terzi degli aborti avvengono con la firma dei genitori, un terzo per autorizzazione del giudice. L'importante è non perdere tempo. Se hai un ritardo mestruale è meglio fare un test di gravidanza in più; quelli della farmacia e dei supermercati sono affidabili (positivi già 8-10 giorni dopo la fecondazione). Se sei incinta rivolgiti subito ad un consultorio oppure alle assistenti sociali.

SE HAI FATTI DA DENUNCIARE O DA SEGNALARE, SE TI HANNO RIFIUTATO LA CONTRACCEZIONE DI EMERGENZA, SE TI HANNO FATTO GIRARE A VUOTO PER LA PILLOLA O PER UN ABORTO, COLLEGATI AL SITO www.radicaliperfoggia.it o al sito www.fgsfoggia.it NON AIUTI SOLO TE, MA ANCHE LE ALTRE DONNE.



Questo volantino è autofinanziato e gli autori non hanno alcun interesse economico nel successo commerciale o nell'insuccesso della contraccezione di emergenza o delle altre forme di contraccezione. Responsabile scientifico di quanto affermato è il Dr. Silvio Viale, dirigente medico dell'Ospedale S. Anna di Torino, senza alcun coinvolgimento e alcuna responsabilità della struttura in cui lavora.