

A close-up photograph of a pink blister pack containing several white, round pills. The blister pack is partially open, and the pills are visible. It is resting on a blue denim fabric. In the lower right corner, there is a red pill dispenser with a red cap. The background is a textured blue denim with yellow stitching.

# Metodi Contraccettivi

start up your health  
[giovaniweb.it](http://giovaniweb.it)

# GO

# Due aspetti fondamentali della contraccezione

Evitare una gravidanza indesiderata

**come?**

Evitare le infezioni sessualmente trasmissibili

**come?**

**LA SCELTA DEL METODO  
CONTRACCETTIVO GIUSTO  
DIPENDE DA DIVERSI FATTORI  
E OGNUNO DEVE CAPIRE QUAL  
E' IL MIGLIORE PER SE' STESSO**

**Molti metodi**

**Preservativo**



# Un buon anticoncezionale è...

## **È EFFICACE**

**HA UNA BUONA TOLLERABILITA'**: non provoca effetti secondari indesiderati durante tutto il periodo di utilizzo e anche per il futuro

**È REVERSIBILE**: il metodo ideale deve essere pienamente reversibile e consentire un completo ed immediato ripristino della fertilità dopo la sospensione

**È PRATICO E ACCETTABILE**: il metodo deve adattarsi alle caratteristiche della persona o della coppia.



# Metodi contraccettivi di più facile utilizzo per gli adolescenti



# Metodi contraccettivi ormonali



PILLOLA

Pillola, cerotto, anello e IUS agiscono da contraccettivi rilasciando una piccola quantità di ormoni nell'organismo



CEROTTO

## Come agiscono nell'impedire la gravidanza?

Gli ormoni rilasciati impediscono la maturazione dell'ovulo, inspessiscono la mucosa cervicale e rendono più sottili le pareti dell'utero rendendole inadatte all'impianto dell'embrione.



ANELLO

## In cosa sono simili e in cosa si differenziano questi 4 metodi?

L'efficacia è simile (vicina al 100%), cambiano solo le modalità di utilizzo. Tutti richiedono la prescrizione del medico e hanno effetto contraccettivo anche negli eventuali periodi di pausa, ma nessuno offre protezione contro le Malattie Sessualmente Trasmissibili. Si possono scegliere in base alle proprie caratteristiche ed esigenze.



Sistema  
Intrauterino  
Ormonale  
(IUS)



# Pillola anticoncezionale

Esistono diversi tipi di pillola, tutti efficaci ma con diverse combinazioni di ormoni, che consentono di scegliere il **tipo più adatto**.

Si assume per bocca, una compressa al giorno, possibilmente alla stessa ora, per **21 giorni** a cui fa seguito una pausa di **7 giorni**, oppure per **28 giorni**, in questo caso senza pause.

La pillola è efficace **sin dal primo giorno** se assunta **regolarmente**.

E' consigliabile, se si assume la pillola, **non fumare**.

La pillola **non fa ingrassare**, ma bisogna comunque seguire una dieta equilibrata e fare movimento.

Per approfondimenti:

<http://www.aied.it/it/contraccezione/sistemi-contraccettivi/la-pillola/>

Video di Bruno Bozzetto - "Non per caso, ma per scelta":

<https://www.youtube.com/watch?v=ic4U7L4ouhQ>



# Cerotto anticoncezionale

Si applica su alcune determinate parti del corpo (parte alta della schiena, parte alta del braccio glutei, addome) da cui rilascia gli ormoni che vengono assorbiti attraverso la pelle e va cambiato ogni 7 giorni.

Dopo il 21esimo giorno fa seguito una pausa di **7 giorni**, in cui l'efficacia contraccettiva è comunque garantita, e compare la mestruazione.



# Anello vaginale

È un sottile anello costituito da materiale biocompatibile che viene inserito dalla donna nella vagina, come un assorbente interno, viene lasciato in sede **21 giorni** a cui fanno seguito 7 giorni di pausa in cui l'anello viene rimosso e compare la mestruazione.

Non è fastidioso neanche durante i rapporti sessuali, se fuoriesce dalla vagina (raramente) è sufficiente sciacquarlo in acqua tiepida e rimetterlo.



# Sistema intrauterino ormonale IUS

Metodo un tempo riservato solo alle donne che avevano già avuto una parto naturale. I più recenti **Sistemi Intrauterini Ormonali** possono essere utilizzati anche dalle ragazze che non hanno mai avuto figli.

Lo IUS, che si distingue dagli altri metodi ormonali in quanto **agisce localmente**, deve essere necessariamente inserito in utero da un ginecologo e ha una durata da tre a cinque anni a seconda del tipo di dispositivo utilizzato (non richiede quindi alcuna routine di assunzione).

Il ciclo mestruale viene mantenuto  
e l'efficacia contraccettiva è **altissima**.



# Preservativo

È una guaina di lattice che avvolge il pene e trattiene lo sperma evitando il contatto diretto con l'apparato genitale del/della partner.

È l'**unico metodo**, insieme al preservativo femminile, in grado di proteggere contro le **malattie sessualmente trasmissibili** ed è per questo definito anche «**metodo di barriera**».



# Doppio olandese

Un metodo consigliatissimo per adolescenti è certamente il **doppio olandese** che consiste nell'unione di un **metodo ormonale** (pillola, cerotto, anello vaginale, Sistema Intrauterino Ormonale) con il **preservativo**.

Il doppio olandese ha il doppio vantaggio di un'efficacia contraccettiva altissima data dai metodi ormonali uniti alla protezione dalle infezioni sessualmente trasmissibili del preservativo. In più responsabilizza entrambi i partner in merito alla contraccezione.

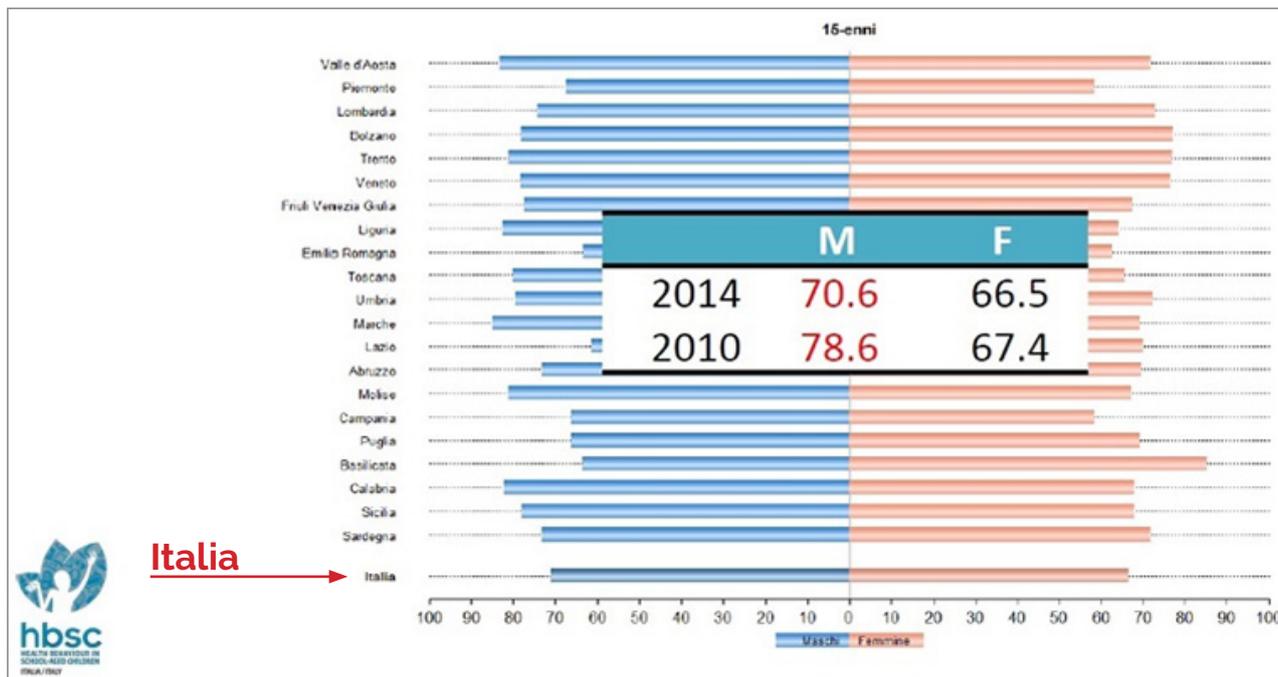
**IUS oppure ANELLO VAGINALE oppure CEROTTO oppure PILLOLA**



**+ PRESERVATIVO**



# Rapporti sessuali: uso del preservativo



# Coito interrotto

Contrariamente a quanto pensano moltissime persone (non solo adolescenti, ma anche adulti) il **coito interrotto** (che consiste nella retrazione del pene dalla vagina prima della fuoriuscita dello sperma, in modo che l'eiaculazione avvenga fuori dal corpo della donna) **non è un metodo contraccettivo**.

**Ha, infatti, un'alta percentuale di fallimento e non protegge dalle infezioni sessualmente trasmissibili.**

