

Ogino-Knaus versione high-tech

Grazie a loro, generazioni di coppie cattoliche hanno vissuto una sessualità ansiosa e hanno affrontato gravidanze indesiderate a catena. Secondo le statistiche, il metodo battezzato in loro nome ha un tasso di insuccessi talmente elevato (da 25 a 35 gravidanze ogni cento donne che ne fanno uso) da non meritare quasi il nome di metodo contraccettivo. Gli opuscoli dei consultori familiari spesso lo citano, assieme al coito interrotto e agli altri metodi cosiddetti naturali, tra le tecniche decisamente sconsigliate per evitare una gravidanza. Eppure, oggi Kiusaku Ogino e Hermann Knaus, il giapponese e il tedesco che studiando i meccanismi della fertilità elaborarono la tecnica dell'astensione nei giorni fecondi, potrebbero conoscere un'insperata rivincita.

I fondamenti teorici del metodo, infatti, sono tutt'altro che peregrini. Alla base, c'è la constatazione che la fecondità non è presente durante tutto il ciclo, ma solo in alcuni giorni, vale a dire quelli intorno alla fase di ovulazione. Negli altri, l'ovulo non è fecondabile e il rapporto sessuale non può concludersi in una gravidanza. Il ragionamento a questo punto sembra semplice: basta individuare il momento dell'ovulazione, aggiungervi il tempo di sopravvivenza degli spermatozoi nell'utero (fino a tre giorni) ed organizzare di conseguenza una sorta di calendario della fertilità (nel mondo anglosassone il metodo Ogino-Knaus è infatti più conosciuto come "calendar rhythm method"), rispettando il quale si può avere il pieno controllo su eventuali gravidanze.



Il punto debole del ragionamento, come hanno scoperto centinaia di migliaia di donne, sta nella difficoltà di determinare con certezza quali siano le date giuste. Ogino e Knaus proponevano l'individuazione di una fascia mensile di date a rischio, dedotta dall'osservazione di un anno di cicli, in base ai quali ciascuna donna elaborava, dopo una serie di calcoli, i giorni di fertilità più probabili. Ma il ciclo femminile ha durate assai differenti, che non solo cambiano da donna a donna e a seconda dell'età, ma possono subire brusche e imprevedute variazioni. Uno stress, il cambio di stagione o di clima e persino un raffreddore particolarmente violento sono sufficienti ad alterare gli ormoni che regolano il ciclo e a far saltare qualunque previsione.

Tuttavia, un metodo contraccettivo che non coinvolge farmaci o dispositivi meccanici ha dei pregi indiscutibili che vanno ben al di là di eventuali remore morali o religiose. Gli studi si sono quindi velocemente orientati verso la ricerca di indicatori più attendibili dell'ovulazione e oltre vent'anni fa l'Organizzazione mondiale della sanità ha addirittura promosso una "task force per la predizione e la determinazione dell'ovulazione". Scartati per scarsa affidabilità sia il metodo della temperatura basale (fondato sul controllo delle variazioni termiche dell'organismo che accompagnano l'ovulazione) sia il cosiddetto metodo Billings (basato sulle variazioni del muco presente nella cervice, il canale di accesso all'utero), l'attenzione si è appuntata direttamente verso gli ormoni che intervengono nel meccanismo dell'ovulazione.

"Persona", il dispositivo della Unipath arrivato oggi nelle nostre farmacie, si basa infatti su una forma di raffinato (e per la verità piuttosto macchinoso e complesso) monitoraggio di due ormoni fondamentali del ciclo mestruale. Il primo è l'E3G, un estrogeno che regola il muco cervicale, favorendo il trasporto degli spermatozoi, ed attiva la produzione del secondo ormone, il cosiddetto ormone luteinizzante (LH), responsabile del rilascio dell'ovulo pronto ad essere fertilizzato. Misurando il livello di questi ormoni, si può riuscire a stabilire la durata di vita sia dell'ovulo che dello sperma nel canale uterino. Poiché naturalmente nessuna donna si può permettere un laboratorio di analisi personale, anche il dispositivo oggi in vendita si affida all'elaborazione di medie individuali, basandosi però non su date generiche ma sulla raccolta di una serie di test delle urine, i cui dati vengono elaborati e memorizzati in un mini-computer.



Nemmeno questo metodo, tuttavia, è assolutamente affidabile e soprattutto può essere usato da qualunque donna. La stessa casa produttrice ne consiglia l'utilizzo a chi ha un ciclo inferiore ai 23 giorni o superiore ai 35, a chi sta allattando o sta facendo cure ormonali e alle donne che si stanno avvicinando alla menopausa. Non si può non sottolineare, infine, tra i molti clamori del materiale pubblicitario a disposizione delle future consumatrici, la preoccupante vaghezza di una frase che allude a "determinate condizioni cliniche" che potrebbero impedire l'uso del dispositivo. E quali esattamente? La

casa produttrice consiglia, in questi casi, di rivolgersi prima ad un medico. Ottimo consiglio: la scelta di un metodo contraccettivo, anche un prodotto da banco come questo, che non è un farmaco e si acquista senza alcun bisogno di prescrizione, merita sempre e comunque una chiacchierata preliminare col ginecologo.

PERSONA

La comparsa di un nuovo sistema elettronico per conoscere l'andamento del ciclo mestruale ed evitare, o al contrario ricercare, una gravidanza ha fatto discutere. Il medico di medicina generale deve conoscere il metodo proposto, le potenzialità e i limiti, per fornire alla donna le informazioni utili e necessarie a una scelta consapevole.

Un notevole battage pubblicitario ha accompagnato l'uscita di un nuovo dispositivo per il controllo della fertilità, che si basa sul riconoscimento della condizione fertile attraverso un sistema esperto.

La campagna pubblicitaria è stata centrata sul rispetto della naturalità del ciclo femminile, sulla programmazione della propria vita familiare, attraverso una pianificazione delle gravidanze, sulla personalizzazione del sistema.

Questa precisazione non è superflua. Infatti il sistema, chiamato appunto Persona, è apprezzabile se lo si inserisce nel contesto della gestione della fecondità, motivazione fondamentale per chi sceglie i metodi naturali. In genere, infatti, questa scelta presuppone una maggiore accettazione del rischio di gravidanza, rispetto a gran parte dei metodi contraccettivi, e la pratica consapevole dell'astinenza periodica.

Da questo punto di vista il sistema si inserisce nella gamma delle possibilità esistenti, con l'obiettivo di sostituirsi ai metodi naturali classici, in quanto, incorporandone la logica e le regole di funzionamento, tende a semplificarne le procedure.

Il pubblico interessato

Le candidate ideali all'utilizzo del computer contraccettivo sono:

- tra i 25 e i 45 anni di età
- con relazioni stabili
- con una vita di coppia in sintonia con la scelta di un sistema di pianificazione della fertilità
- con cicli di durata variabile tra i 25 e i 35 giorni

Il sistema non è invece adatto per le donne:

- in allattamento
- in terapia sostitutiva per disturbi della premenopausa
- con rapporti occasionali e relazioni saltuarie

DA COSA E' COMPOSTO

La scatola comprende un piccolo astuccio di plastica rigida di dimensioni contenute (14 x 7 x 3 cm) e peso ridotto, incernierato su un lato. La valva inferiore ospita un piccolo display dove compaiono le informazioni in modo semplificato. Accanto a questo si trovano due spie luminose, un tasto con impressa una «M» e l'alloggiamento per lo stick delle urine. Il sistema si accende e si spegne da solo all'apertura e dopo la chiusura dell'astuccio.

Oltre a questo dispositivo il sistema comprende gli stick urinari: la confezione oggi disponibile ne contiene otto.

Il monitor funziona a batterie e viene riutilizzato per ogni ciclo, mentre gli stick vanno rinnovati ogni mese.

COME FUNZIONA

In sintesi agisce come un sistema esperto in grado di memorizzare le variazioni dei livelli ormonali presenti nelle urine e di «apprendere» la struttura del ciclo individuale di ciascuna donna.

Secondo un sistema di natura probabilistica, «matura» e si affina di mese in mese, in modo da ridurre progressivamente, fino al minimo, il periodo di segnalazione di giorni fertili.

I due ormoni misurati con lo stick urinario sono l'estrone-3-glucuronide (E3G), il maggior metabolita urinario dell'estradiolo, e l'ormone luteinizzante (LH). Il sistema determina l'inizio del periodo fertile con l'innalzamento dell'E3G e la sua fine con la comparsa e il repentino innalzamento dell'LH. Queste variazioni vengono lette dal sistema, confrontate con i dati immagazzinati nei cicli precedenti, valutate e trasformate in un'informazione visiva: la spia verde indica un giorno sterile, la spia rossa un giorno fertile. Il sistema può quindi essere utilizzato anche per sapere quali sono i giorni fertili, quando si desidera un figlio.

Quando il computer non ha sufficienti informazioni, oppure deve cogliere le variazioni della curva ormonale, chiede, attraverso l'accensione di una spia gialla, l'esecuzione di un test delle urine con gli appositi stick. La lettura dello stick comporta l'accensione di una delle due spie (rossa o verde), indicando così lo stato di fertilità di quel giorno.

L'informazione ottenuta è valida per 24 ore.

L'utilizzo per la prima volta di Persona deve coincidere con il primo giorno mestruale (o la mattina successiva se le mestruazioni insorgono nella notte), che va registrato premendo il tasto «M». Il sistema informerà dell'avvenuto avvio indicando sul display «1M» (primo giorno di mestruazione) e accenderà la spia verde. Nei giorni seguenti compariranno i vari giorni con l'indicazione «M» fino al 5° di mestruazione, sempre con la spia verde. Nel primo ciclo d'utilizzo, dal 6° giorno in poi il sistema richiederà l'esecuzione di uno stick e lo farà per 16 volte nel corso del ciclo, non disponendo

di alcuna informazione su quelli precedenti: è per questo motivo che i giorni rossi saranno, all'inizio, numerosi. Nei cicli successivi, infatti, questi si riducono a sei-dieci e, contemporaneamente, anche la richiesta degli stick scende a otto al mese. La comparsa del simbolo schematizzato dell'ovulo sul display segnala i giorni dell'ovulazione. All'inizio della mestruazione successiva la donna dovrà premere di nuovo il tasto «M» per informare dell'avvenuto inizio di un nuovo ciclo.

Per ottenere la massima standardizzazione viene chiesto di scegliere un orario nel quale aprire l'astuccio, ma con un margine di tolleranza di tre ore prima e tre dopo: per esempio se la donna lo apre la prima volta, all'inizio della mestruazione, alle otto, nei giorni seguenti può eseguire le procedure in un intervallo che varia dalle cinque alle undici, senza che il sistema perda di attendibilità.

Ciò rende meno complicato l'utilizzo a chi ha orari incostanti per motivi professionali (come le turniste) o viaggia (fusi orari fino a cinque ore).

Il sistema deriva dalla partecipazione della ditta produttrice, l'inglese Unipath del gruppo Unilever, a un programma dell'OMS sullo sviluppo di sistemi semplici per prevedere e individuare l'ovulazione.

L'acquisizione delle informazioni sugli ormoni urinari, lo studio del loro andamento temporale e l'applicazione tecnologica nel campo degli stick urinari (è la stessa ditta che ha immesso per prima sul mercato il test di gravidanza effettuabile a casa) e dei sistemi informatici hanno preceduto l'uscita di questo prodotto.

I PRIMI RISULTATI

Il produttore riferisce di alcune ricerche, inserite nel file di registrazione, condotte in Gran Bretagna, Germania e Irlanda per un totale di circa 1.200 donne tra i 18 e i 45 anni, con almeno quattro rapporti mensili e senza desiderio di ulteriore prole, ma disponibilità ad accoglierla in caso di gravidanza. I dati elaborati sulle 710 donne che hanno completato 13 mesi di utilizzo di Persona hanno fornito un'affidabilità del 94 per cento.

SODDISFAZIONE E ACCETTABILITÀ

Il 98 per cento di 500 donne che lo ha utilizzato per 18 mesi lo ha considerato facile da usare, e l'80 per cento ha dichiarato che anche il partner ha mostrato di accettarlo oli buon grado, mentre il due per cento si è dichiarato contrario e il 17 per cento indifferente. I motivi della soddisfazione erano l'opportunità di non usare contraccettivi nella maggior parte dei giorni del ciclo, una maggior serenità e condivisione della scelta con il partner e un miglioramento nella vita della coppia, sia relazionale sia sessuale.

UTILIZZO

L'uso del sistema Persona può sembrare indaginoso, ma in realtà si tratta di limiti intrinseci all'uno o all'altro mezzo contraccettivo: la pillola va presa nel rispetto degli orari, va iniziata la prima volta in coincidenza con il ciclo mestruale e non tutte le donne possono assumerla; l'uso del profilattico richiede alcune manovre durante il rapporto e talora non è tollerato o mal sopportato nell'economia della coppia e così via. Rispetto ad altri metodi naturali, di più consolidata validazione, come il metodo sintotermico, il computer offre il vantaggio di una maggiore obiettività dei dati rilevati e di un apprendimento molto più rapido e agevole.

Interrogato sull'efficacia del nuovo strumento, il dottor Ferdinando Bombelli, aiuto presso l'Ospedale San Raffaele di Milano e studioso di metodi naturali, ha affermato: «Rimane da segnalare che l'affidabilità si basa su pochi studi, e che quindi per confermare con certezza le percentuali fornite dal produttore bisogna attendere una sua più vasta applicazione».

CONTROINDICAZIONI E INTERAZIONI

Chi vuole passare dalla pillola a Persona deve sospendere gli ormoni due mesi prima, per avere almeno due cicli spontanei consecutivi. Il sistema è controindicato nella premenopausa, in presenza di malattie epatiche o renali e nella sindrome da ovaio policistico. L'unica interferenza farmacologica significativa con l'eliminazione urinaria dei due ormoni utilizzati come marker è l'uso delle tetracicline.

CONCLUSIONI

Il computer si prefigura come un'alternativa efficace all'utilizzo dei contraccettivi in una popolazione selezionata di donne.

Il suo costo rappresenta però un limite. Infatti la confezione che comprende monitor, batterie e due set di stick urinari costa 145.000 lire. Ogni mese occorre però acquistare, per 25.000 lire, una confezione di stick, un prezzo che nel tempo potrebbe rivelarsi un handicap alla diffusione del sistema. Inoltre il produttore raccomanda di utilizzare ogni mese stick provenienti dallo stesso lotto, e non eventuali avanzati di mesi precedenti, per la necessità di rendere omogeneo lo standard di misurazione dei livelli ormonali; ciò costringe però a una nuova spesa.