

vivi Consapevole

benessere di — corpo mente e spirito

Il Magazine di Macrolibrarsi.it

■ Crea e ricicla

Casetta di cartone e set da spiaggia
Attrezza il tuo balcone per i giochi
con acqua e sabbia

■ Azienda etica

Nuovi uffici "verdi"
del Gruppo Macro
Il più grande edificio in balle
di paglia mai costruito in Italia

■ Medicina olistica

Che cos'è la moxa?
Salviamo l'Omeopatia
I rimedi naturali per la colite

■ Bellezza naturale

Solari e dopo-sole fai da te
Come usare l'olio di cocco
Cellulite: i rimedi naturali

speciale
Viaggiare
green

La salute nel piatto

Scopri come vivere bene e a lungo
mangiando cibi vegetali e naturali

**The China Study: intervista
al dottor T. Colin Campbell**

**Curarsi con il cibo:
guarire da diabete e tiroide**

**7 regole per smettere
di mangiare troppo
ed essere felici**

Curarsi con il digiuno

CUCINA

La cucina con i fiori
Barrette energetiche fai da te
Alghe: come usarle
Vivi bene, mangia crudo
Essicca, conserva e gusta!

Pillola sì, pillola no

Laura Gabrielli

Quali esami pianificare e cosa sapere prima di assumere un contraccettivo ormonale

Vista la disinformazione fornita dai media sui contraccettivi ormonali, abbiamo pensato di interpellare la dottoressa Marialessandra Panozzo, ginecologa omeopata e psicoterapeuta, per rivolgerle alcune domande relative all'opportunità, in caso di assunzione di un farmaco anticoncezionale (pillola, ecc.), di dover effettuare alcuni esami clinici preliminari, utili al fine di ridurre le possibili controindicazioni.

La dottoressa Panozzo ci spiega l'azione di questo farmaco e le precauzioni da adottare prima di assumerlo.

Dottoressa Panozzo, esistono degli esami clinici a cui le donne dovrebbero sottoporsi prima di iniziare ad assumere un contraccettivo ormonale come la pillola anticoncezionale?

Sì, ci sono degli esami di routine che devono essere prescritti a qualsiasi persona voglia iniziare a prendere la pillola, per controllare che non abbia dei deficit di partenza. Vanno effettuati, sostanzialmente, il controllo del fegato, della funzionalità renale e, soprattutto, della coagulazione del sangue che è quella che viene alterata più facilmente, quindi l'*omocisteina*,

la *proteina c* e la *proteina s*, l'esame del colesterolo e dei trigliceridi e deve essere accertato che la persona non soffra di ipertensione.

Questi sono gli esami essenziali che devono essere fatti prima che la persona inizi a prendere la pillola e che andranno poi ripetuti dopo 3-4 mesi di assunzione, per controllare che i valori non siano stati alterati dalla pillola stessa.

Per essere considerati dei soggetti a rischio, alla familiarità di quali malattie o disturbi bisognerebbe fare attenzione?

Sicuramente ai **tumori al seno**, in primis. L'aumento di incidenza di tumori al seno, in donne che utilizzano la pillola per più di 4-6 anni, è stata dimostrata da svariate ricerche. Inoltre, va considerata la familiarità per le

Chi è Marialessandra Panozzo

Ginecologa, omeopata e psicoterapeuta vive e lavora a Prato come libera professionista. È responsabile dal 2003 dell'ambulatorio di omeopatia per la donna della ASL 2 dell'Ospedale di Lucca. Si occupa da anni della salute della donna dalla maternità alla menopausa attraverso l'omeopatia, l'alimentazione e lo stile di vita; convinta che la vita sia un continuo processo di crescita e cambiamento segue le donne nelle fasi delicate accompagnandole con le terapie complementari. Ha scritto tre libri: *Osteoporosi e Menopausa* (entrambi Giunti Demetra) e *Candida: cure naturali e alimentazione* per AAM Terra Nuova (www.ginecologiaomeopatica.it). Da anni organizza con il gruppo Condividendo (www.condividendo.it) la festa del Ben-essere a Villa Montalvo (Campi Bisenzio, Firenze): anche quest'anno il 31 maggio e 1 giugno nella villa ci saranno conferenze sul tema del benessere, mercato biologico, ristorante, trattamenti olistici di prova, attività da sperimentare.





vene varicose e la trombosi (in quanto l'assunzione della pillola ne aumenta il rischio) e, con il passare dell'età, la familiarità a ipertensione o ictus.

Quali ripercussioni potrebbe avere, anche a livello energetico, e quindi di benessere generale, sospendere per un lungo periodo (a volte anni) l'ovulazione e, quindi, il ciclo naturale della donna?

A parte i danni fisici di cui si è già parlato (l'aumento di rischio di tumori, pressione alta, malattie metaboliche, alterazioni della glicemia ecc.) il problema più importante è che, quando una persona smette la pillola, se l'ha usata per molti anni, le ovaie fanno molta fatica a ricominciare ad ovulare regolarmente, portando, ad esempio, difficoltà nel caso di desiderio di una gravidanza. Ci sono persino donne che smettono di prendere la pillola a 45 anni e poi entrano in menopausa direttamente, perchè le ovaie non riescono più a riprendersi.

Per noi omeopati la pillola cambia lo stato energetico della persona (questo

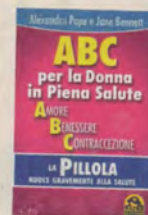
accade con molti altri farmaci) per cui si sviluppano facilmente dei sintomi emotivi che, peraltro, sono riportati nel foglietto illustrativo: diminuzione del desiderio, irritabilità, depressione.

Questo cambiamento energetico porta la donna ad ammalarsi più spesso delle sue malattie, cioè di quelle che, per lei, sono le malattie più frequenti, quelle che dipendono dai suoi organi più deboli. Chi si ammalava spesso di tonsilliti, ad esempio, se prende la pillola si ammala ancor di più.

Chi, prima, soffriva di mal di testa, potrebbe manifestare episodi di mal di testa più intensi e frequenti. Anche le vaginiti molto spesso aumentano. Questo perchè il blocco di una funzione fisiologica, come quella delle mestruazioni e dell'ovulazione, blocca a livello energetico tutto l'organismo. Per cui, molte patologie diventano, poi, croniche proprio per un problema di energia dell'organismo a livello profondo.

Acquistalo su Macrolibrarsi.it

Jane Bennett,
Alexandra Pope
**ABC per la Donna in
Piena Salute**
La pillola nuoce
gravemente alla salute
Macro Edizioni, 2013



Miranda Gray
Luna Rossa
Capire e usare i doni
del ciclo mestruale
Macro Edizioni, 2011



Loredana Lipperini
**Ancora dalla Parte
delle Bambine**
Feltrinelli, 2010
Alexandra Pope



Alexandra Pope
Mestruazioni
La forza di guarigione
del ciclo mestruale dal
menarca alla menopausa
Aam Terra Nuova, 2007



Ordina su macrolibrarsi.it o chiama
il numero verde 800 089 433

Laura Gabrielli

Da circa 25 anni si occupa di pianificazione familiare naturale, con l'ausilio degli apparecchi BabyComp per il controllo della fertilità della donna. Questo lavoro le permette di essere in continuo dialogo con medici, naturopati, ostetriche e operatori del benessere, in un percorso di continua formazione sul campo. Dal 2010 è parte attiva nella redazione del blog babycompitalia.blogspot.it in cui vengono raccolti articoli, interviste e testimonianze sul benessere naturale femminile. L'obiettivo finale è quello di permettere alle donne di vivere in modo più sereno la femminilità, la sessualità, la gravidanza e il parto.

ViviConsapevole.it 71