

STRATEGIE

La telemedicina a sostegno dell'aderenza alla contraccezione

L'efficacia dei programmi di pianificazione familiare dipende strettamente dalla adozione di strategie efficaci, che garantiscano l'aderenza e la continuità di utilizzo del metodo contraccettivo scelto. La telemedicina può rappresentare un valido strumento di supporto, in grado di determinare il successo del programma di pianificazione familiare.



SILVIA VON WUNSTER
Direttore SC Ostetricia e Ginecologia, Ospedale di Seriate (BG); ASST Bergamo Est

LE STRATEGIE che si sono rivelate più efficaci dall'analisi della letteratura scientifica sono rappresentate da quattro elementi fondamentali:

1. L'offerta di un counselling contraccettivo di qualità e centrato sulla donna, che ne rispetti sempre l'autonomia e le scelte
2. La proposta dei metodi associati alla maggiore efficacia e alla più lunga continuità di utilizzo, come i metodi LARC, a condizione che siano ben accettati dalla donna
3. Il miglioramento della accessibilità ai metodi e la rimozione delle barriere di tipo organizzativo, culturale ed economico
4. La garanzia di un facile accesso al follow-up e ad un supporto continuo, allo scopo anche di prevenire e gestire tempestivamente eventuali effetti collaterali.

La telemedicina può essere di grande aiuto nei programmi di pianificazione familiare perché permette di semplificare e migliorare l'accessibilità ai sistemi sanitari, garantendo la possibilità di consultazioni a distanza con facilità di accesso. Consente inoltre di offrire un supporto immediato in caso di necessità, con rapida e tempestiva gestione degli effetti collaterali e delle complicanze o l'assistenza in caso di emergenze contraccettive. È possibile inoltre garantire il rinnovo delle prescrizioni, senza necessità di un incontro fisico, evitando il rischio di interruzioni del metodo. Permette infine la condivisione di materiale informativo ed educativo e di inviare reminder per assicurare la corretta assunzione dei metodi. Privacy e confort sono perfettamente rispettate, con un occhio anche alla sostenibilità economica ed ecologica.

L'analisi della letteratura scientifica dimostra che la qualità percepita dalle donne del counselling contraccettivo ricevuto è sovrapponibile se erogato in telemedicina o in presenza. Le donne dimostrano percentuali superiori di continuità di utilizzo dei contraccettivi ormonali e giudicano con punteggi maggiori la qualità dei servizi online rispetto a quelli ottenuti in presenza, in particolare per la convenienza e la facilità di accesso (1,2). Anche la valutazione del servizio da parte degli operatori sanitari è favorevole per la migliore accessibilità e l'ottimale gestione del tempo (3). Si è dimostrato anche che le utilizzatrici dei metodi LARC tendono a riferire con maggior frequenza i problemi di sanguinamento irregolare, ottenendo tempestivamente consigli e terapie in grado di garantire una migliore continuità di utilizzo dei metodi ed evitando la necessità di visite in presenza (4).

Un'esperienza molto interessante è quella del servizio inglese SH:24, supportato dal NHS e dal



FSRH, che fornisce alle utenti residenti in aree disagiate della periferia di Londra un servizio di informazione sulla salute riproduttiva che, associato a uno strumento di autovalutazione dei criteri di eleggibilità medica, permette di ricevere gratuitamente al proprio domicilio il contraccettivo orale. Una valutazione dei dati di utilizzo del servizio ha dimostrato la sua capacità di rendere la contraccezione accessibile anche a donne che, vivendo in aree disagiate, avevano storicamente difficoltà all'accesso ai servizi di pianificazione familiare (5).

Un gruppo italiano con interesse per la telemedicina in ginecologia e ostetricia si è riunito per la prima volta a Firenze in occasione del congresso nazionale SIGO 2024 e ha proposto di avviare un progetto per la realizzazione di servizi per la contraccezione in telemedicina nelle Regioni che già prevedano la possibilità di erogare servizi di televisita e di teleassistenza. Obiettivo principale del progetto è il miglioramento della sicurezza e dell'efficacia dei programmi di pianificazione familiare attraverso gli strumenti di telemedicina con la collaborazione tra strutture ospedaliere e consultoriali. Ci si propone inoltre di garantire equità nell'accesso ai servizi di pianificazione familiare, migliorare l'assistenza e garantire il sostegno dopo la prescrizione dei contraccettivi, gestire rapidamente ed efficacemente gli effetti collaterali, garantire la continuità assistenziale ospedale-territorio dei servizi per la 194. Il progetto richiede la stretta collaborazione tra i servizi ospedalieri e quelli territoriali e coinvolge i medici specialisti, le ostetriche e gli operatori tecnici dei servizi di telemedicina. Può offrire un counselling sulla contraccezione al termine del quale può essere rilasciata una ricetta per l'acquisto in farmacia del contraccettivo o la programmazione del-



l'inserimento di un metodo LARC. Può essere offerto il follow up alle donne che hanno utilizzato i servizi per l'interruzione volontaria di gravidanza o per le puerpere dopo la dimissione dall'ospedale. Può erogare consultazioni per problemi insorti durante l'utilizzo dei contraccettivi o semplicemente consentire il rinnovo delle prescrizioni, evitando il rischio di interruzioni del metodo. È inoltre possibile prevedere l'invio periodico di materiale informativo e di reminder, anche quotidiani, per ricordare di assumere la pillola o di verificarne la corretta assunzione.

La telemedicina rappresenta un'opportunità concreta per migliorare l'aderenza e la continuità dei metodi contraccettivi, garantendo equità di accesso e sostenibilità dei servizi. Il progetto sarà a breve operativo presso l'ASST Bergamo Est e costituirà un modello pilota per la valutazione di efficacia, con la prospettiva di un'eventuale implementazione su scala regionale e nazionale.

PER SAPERNE DI PIÙ

1. Emily Freeman Comparison of interpersonal quality of contraceptive counseling delivered via telehealth versus in person Contraception 128 (2023) 110129
2. Emma Rezel-Potts Contraception in Person-Contraception Online (CiP-CO) cohort study BMJ Sex Reprod Health 2022;48:93-102.
3. Bonnie Song "This has definitely opened the doors": Provider perceptions of patient experiences with telemedicine for contraception in Illinois Perspect Sex Reprod Health. 2022;54:80-89.
4. Amanda E. Bryson Telemedicine for Adolescent and Young Adult Long-Acting Reversible Contraception Follow-Up Care amidst a Global Pandemic J Pediatr Adolesc Gynecol 36 (2023) 51-57
5. Emma Rezel-Potts. A cohort study of the service-users of online contraception. BMJ Sex Reprod Health 2020;46:287-29