



**SALUT**

*Una investigació coordinada pel CSIC confirma que inocular el fàrmac després de l'ovulació evita alteracions en la regla.*

# El moment de vacunar-se de covid afecta el cicle menstrual

**JUAN RUIZ SIERRA**  
 Madrid

Els testimonis sobre alteracions en la menstruació després de rebre la vacuna contra la covid van aparèixer a gran escala a les xarxes socials durant l'estiu del 2021, quan els fàrmacs van començar a generalitzar-se. Moltíssimes dones explicaven que alguna cosa havia canviat a l'inocular-se el fàrmac. Fluxos més abundants, cicles més llargs. El fenomen, tanmateix, va ocupar durant més d'un any un discret segon pla fins que han començat a publicar-se estudis com un de divulgat ahir pel CSIC.

El treball alludeix a la importància que per a les dones hauria de tenir l'elecció del moment en què s'inoculen el fàrmac contra el coronavirus, fins al punt que els seus autors defensen que els sistemes de salut ho haurien de tenir en compte a l'hora de gestionar les cites per a aquestes punxades. Si tenen lloc durant la denominada fase lútea (després de l'ovulació), no hi ha evidències que el cicle hagi de quedar afectat. Si la vacuna, en canvi, s'inocula durant la fase fol·licular (abans de l'ovulació), la majoria veurà com el cicle s'allarga un dia, i en l'11% dels casos, més de vuit.

Aquestes conclusions no haurien sigut possibles sense Instagram i Twitter. Portat a terme per

**L'estudi va sorgir de testimonis a les xarxes socials**

Zowy Voeten



Aplicació de la tercera dosi a una dona a Barcelona.

**Administrar la vacuna abans d'ovular pot allargar la regla**

investigadors de l'IIIA-CSIC, de la Universitat de Ginebra, de l'Hospital de Sant Pau i de l'Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya (AQuAS), el treball, publicat a la revista *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, parteix dels comentaris de les usuàries d'aquestes xarxes socials, que van centrar l'atenció sobre un fenomen desconegut.

Davant la falta de dades, l'aplicació App Lunar, dedicada al monitoratge dels cicles menstruals, va incorporar llavors la possibilitat de registrar voluntàriament la dosi de vacuna, la marca i el país en el qual l'havia rebut, junt amb la durada del cicle i el període de menstruació i les variacions en el saginat i en la intensitat del dolor. Els autors de la investigació van escollir després 371 perfils anònims (la majoria de dones argentines, però també brasileres, nord-americanes i espanyoles), analitzant en total 1.855 cicles entre setembre del 2020 i febrer del 2022.

Altres estudis havien posat una mica de llum durant els últims mesos sobre aquest efecte secundari. Al juliol, per exemple, una enquesta va reflectir que el 4,2% de les dones amb cicles menstruals regulars havia experimentat un flux més abundant després de vacunar-se. Però la nova investigació va un pas més enllà, al mostrar com aquestes alteracions depenen en gran part del moment en què es rebí la punxada. ■