Progesterone: l'ormone amico della gravidanza

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

"Ho 38 anni e purtroppo non riesco ad avere figli. Ho già avuto due aborti spontanei, apparentemente senza cause. Il ginecologo che mi segue mi ha proposto di assumere il progesterone, da mettere in vagina mattina e sera, già due giorni dopo l'ovulazione, per ridurre il rischio di altri aborti precoci e, se tutto procede bene, di continuarlo fino al terzo mese compiuto. Ma io ho paura degli ormoni…".
Luisa C. (Udine)

Gentile signora, il consiglio del suo ginecologo è molto appropriato. In particolare per la raccomandazione di usare il progesterone già nella seconda metà del ciclo e prima di avere il test di gravidanza positivo, come è dimostrato da una notevole mole di studi scientifici. Purtroppo la parola "ormoni" oggi spaventa tanto a causa del tremendo terrorismo fatto anche da noi medici, oltre che dai media. Risultato? Adesso nelle donne aumentano l'ansia e l'avversione al farmaco al solo sentire questa parola. In realtà gli ormoni, anche sessuali, sono essenziali alla nostra vita. Nello specifico, il progesterone è indispensabile per il buon decorso della gravidanza, a parità di altre condizioni (e purché l'embrione sia vitale e sano).
Gli ormoni non sono "buoni" o "cattivi" in assoluto: dipende dal tipo, dall'indicazione, dal perché, quando e come li usiamo. Perché il progesterone, assunto dopo il possibile concepimento, è prezioso? Perché svolge molteplici funzioni, che in condizioni normali sono svolte dal progesterone naturale prodotto nei primi tre mesi dal corpo luteo, ossia da quella parte del follicolo ovarico che resta attiva dopo l'ovulazione e che continua a lavorare finché non fa la staffetta passando le consegne alla placenta, che poi produce il progesterone sino alla fine della gravidanza.
Ecco le azioni principali locali, uterine:
1. arricchisce di zuccheri e sostanze nutritive l'endometrio, ossia la mucosa interna dell'utero in cui si annida l'uovo fecondato. Più la mucosa è accogliente, e più l'embrioncino è felice e si fa la sua tanetta contento;
2. rilassa la muscolatura dell'utero (miometrio) così da evitare le contrazioni che potrebbero espellere l'uovo fecondato, causando aborto precoce;
3. aumenta la sintesi di proteine muscolari, in sinergia con gli estrogeni: pensi che il muscolo della parete uterina va da 60-80 grammi prima della gravidanza a 1.200-1.500 grammi a termine, per potersi distendere adattandosi, senza contrarsi, a un bimbo che cresce, alla placenta e al liquido amniotico;
4. aumenta la produzione di muco cervicale e lo addensa, costruendo un "tappo" biologico che protegge il sacco amniotico da infezioni ascendenti dalla vagina.
Se la produzione di progesterone da parte del corpo luteo non è adeguata, ecco l'aborto precoce. Di qui l'ottimo consiglio del suo ginecologo.

Prevenire e curare – Progesterone e cervello

Il progesterone agisce in realtà su tutto il corpo della donna, sui vasi sanguigni, sulla pelle, sui connettivi, sui muscoli e perfino sul cervello. Qui ha un'azione ansiolitica, calmante, per rallentare i bioritmi affinché la donna possa avere una gestazione ottimale. Induce e protegge il sonno, ma rallenta i riflessi: attente dunque alla guida e ai rischi di cadute accidentali.