

PROF.SSA ALESSANDRA GRAZIOTTIN

**LA TERAPIA ORMONALE IN MENOPAUSA DIMEZZA IL RISCHIO CARDIACO**  
CONFERENZA STAMPA SU “TERAPIA ORMONALE SOSTITUTIVA E RISCHIO CARDIOVASCOLARE”  
MILANO, 24 OTTOBRE 2012

DOCUMENTI INTEGRATIVI DELLA PRESS RELEASE

## 1) LA MENOPAUSA

### CHE COS'È

La **menopausa** è la cessazione dei flussi mestruali fisiologici. L'inizio della menopausa è stabilito in modo retrospettivo, perché la diagnosi è basata sull'assenza di mestruazioni per 12 mesi. Nella popolazione italiana compare tra i 44 e i 53 anni, in media a 50 anni. Il **climaterio** è invece la transizione dalle condizioni fisiologiche dell'età fertile della donna ai nuovi equilibri che s'instaurano dopo la menopausa: inizia in genere 3-5 anni prima della menopausa e termina 4-5 anni dopo la menopausa ed è caratterizzato dalla comparsa di sintomi tipici. La **perimenopausa** è il periodo compreso tra l'inizio dei sintomi climaterici e l'anno dopo la menopausa.

Questi cambiamenti sono del tutto naturali e fisiologici, tuttavia alcune donne possono presentare difficoltà o problemi, anche perché persistono condizionamenti culturali, psicologici e sociali, e perché questa fase viene affrontata nel pieno della vita di relazione e professionale. I disagi e i sintomi psichici e organici che si manifestano durante il climaterio e la menopausa possono essere affrontati e superati al meglio grazie a una sana condotta di vita e ai rimedi farmacologici oggi disponibili.

Dal punto di vista clinico, la massima incidenza dei sintomi vasomotori si presenta nei primi due anni dalla menopausa, per poi ridursi gradualmente. Tuttavia, una percentuale non trascurabile (45%) continua a presentare sintomi a distanza di 10-15 anni.

### I PRINCIPALI DISTURBI

#### Sintomi climaterici e della menopausa iniziale

**Vampate di calore:** sono il sintomo principale della sindrome climaterica e consistono in una sensazione di caldo che dura pochi minuti, interessando dapprima il volto e poi tutto il corpo. Si manifestano nel 75% delle donne in premenopausa e nella menopausa iniziale. Durante la vampata di calore si osserva un aumento della frequenza cardiaca e della temperatura cutanea che induce una notevole traspirazione.

Le **vampate di calore** sono state a lungo considerate un segno a se stante della carenza estrogenica provocata dalla menopausa. Oggi invece vengono considerate un vero e proprio **segnale di vulnerabilità del sistema nervoso centrale**, ossia come un **indicatore di rischio di invecchiamento cerebrale patologico**.

La perdita di estrogeni, oltre a causare le vampate, causa depressione e innesca il deterioramento cerebrale, aumentando il rischio di demenza e di morbo di Parkinson (come dimostrato nelle donne con menopausa precoce non trattata: si vedano i dati di Rocca e collaboratori). La vampata, essendo un sintomo molto evidente, costituisce un segnale d'allarme importante che deve spingere a verificare anche le condizioni del cervello.

**Sudorazioni:** sono spesso associate alle vampate di calore, si presentano soprattutto nelle ore notturne e possono determinare frequenti e fastidiosi risvegli.

**Insomnia:** il sonno della donna in menopausa può essere poco riposante e caratterizzato da frequenti risvegli e difficoltà ad addormentarsi.

**Dolori articolari:** sono il sintomo più frequente, lamentato da circa il 70% delle donne, insieme alle vampate di calore. Indicano un'inflammatione dell'articolazione, secondaria alla carenza estrogenica, la cui persistenza attiva poi un processo degenerativo articolare noto come artrosi. Gli estrogeni sono i più potenti riduttori del dolore articolare postmenopausale. Va notato che l'artrosi, presente in un rapporto maschi:femmine di 1:1 in età fertile, triplica nelle donne in postmenopausa, a meno che non facciano una terapia ormonale sostitutiva.

**Ansia e depressione:** nel climaterio e nello stadio iniziale della menopausa si osserva una maggiore incidenza di stati ansiosi e depressivi.

**Disturbi della sfera sessuale:** possono essere di origine biologica e/o psicologica, come la diminuzione del desiderio, dell'eccitazione e del piacere, oppure avere una base prevalentemente organica, come la dispareunia secondaria all'atrofia e alla secchezza vaginale.

### **Sintomi menopausali a medio termine**

**Vaginiti, vulviti e dispareunia:** gli ormoni estrogeni sono indispensabili per il trofismo degli organi genitali. La loro mancanza determina la distrofia e l'atrofia dell'utero, delle tube, della vagina e della vulva. I sintomi più evidenti e fastidiosi sono proprio quelli a carico di queste ultime. La mucosa vaginale si assottiglia e perde la resistenza alle sollecitazioni meccaniche. Questo fenomeno, associato alla secchezza e al restringimento della vagina e dell'introito vaginale, può rendere i rapporti sessuali difficili, dolorosi o associati ad emorragie. La vagina atrofica diventa inoltre più suscettibile ad infezioni che provocano prurito, bruciore e perdite.

**Cistiti post-coitali:** l'atrofia interessa anche l'uretra e la regione del trigono vescicale, aumentando la vulnerabilità a cistiti post-coitali, che compaiono 24-72 ore dopo il rapporto sessuale.

**Incontinenza urinaria:** gli estrogeni esercitano un'azione anche sulla mucosa vescicale e uretrale. La loro carenza provoca atrofia di queste mucose, con la conseguente frequente urgenza di urinare e la propensione a sviluppare incontinenza urinaria in seguito a sforzi, colpi di tosse, riso.

**Invecchiamento cutaneo, ipertricosi e calvizie:** gli estrogeni esercitano un'azione trofica sulla pelle, e in modo particolare sugli strati profondi (derma) ricchi di fibre elastiche e collagene, di proteoglicani e di vasi capillari, che conferiscono alla pelle elasticità, turgore e consistenza. Nella menopausa la deficienza di estrogeni causa un'atrofia del derma, che si manifesta con assottigliamento e perdita di elasticità della pelle, e conseguenti formazione di rughe, secchezza, desquamazione, prurito e aumentata sensibilità al freddo. Inoltre gli androgeni, non più bilanciati dagli estrogeni, favoriscono la crescita dei peli (ipertricosi), modificandone la distribuzione in senso maschile, oltre a provocare seborrea e caduta dei capelli.

### **Sintomi menopausali a lungo termine**

**Osteoporosi:** si tratta di una malattia che crea un danno progressivo all'osso, alterandone l'architettura e compromettendone densità, qualità, elasticità e resistenza.

**Malattie cardiovascolari:** la fine dell'azione protettiva degli estrogeni espone le donne dopo la menopausa a una maggior rischio cardiovascolare. Queste malattie diventano la prima causa di morte nel sesso femminile a quest'età.