

## Menopausa precoce e terapie ormonali: quanto a lungo?

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Ho avuto una iattura e due fortune. La iattura è stata di trovarmi con una menopausa precoce a 36 anni, senza nessuna familiarità: mia mamma è andata in menopausa a cinquant'anni e senza sintomi, beata lei. La prima fortuna è che avevo già due bambini, per cui il colpo è stato meno pesante: mi immagino come deve sentirsi una donna della mia età che magari non ha ancora avuto il primo figlio! La seconda fortuna è stata trovare un bravo ginecologo che, dopo tre esperienze negative con altri medici, mi ha dato la cura giusta. Una pillola trifasica per la menopausa, che mi ha tolto quelle dannatissime vampate e l'insonnia, e ridato energia, voglia di vivere e desiderio sessuale. Qual è il problema? Sono passati cinque anni da allora, e io sto benissimo. Il mio medico di famiglia, invece, dice che dopo cinque anni devo smettere perché sennò mi viene il cancro alla mammella. Il mio ginecologo invece sostiene che farei meglio a continuare, sia perché sto bene e altrimenti ritornerebbero i sintomi per cui l'ho presa, sia perché sto semplicemente ridando al mio corpo quello che le altre donne della mia età hanno naturalmente perché il loro ovaio funziona. Chi ha ragione? Posso continuare?

Elisa

Cara Elisa, condivido il consiglio del suo ginecologo. Di fatto, le donne con menopausa precoce hanno un invecchiamento accelerato di tutto il corpo, con un peggioramento tanto maggiore quanto più la menopausa è in anticipo rispetto all'età fisiologica, ossia naturale, che in Italia è di 50 anni e 8 mesi. Nel suo caso ci sarebbe stato un anticipo dell'invecchiamento di ben 14 anni, se lei non avesse giustamente iniziato una terapia ormonale. Con quali conseguenze? La menopausa precoce non trattata aumenta il rischio di malattia di Alzheimer (che anticipa di due anni e tre mesi rispetto a chi va in menopausa all'età normale), di depressione, di osteoporosi, di disfunzioni urogenitali e sessuali, oltre ad accelerare l'invecchiamento cutaneo, mucoso e degli organi di senso. Questa accelerazione è invece nettamente ridotta se da donna riassume gli ormoni che il suo ovaio non produce più, come correttamente le ha detto il suo ginecologo.

Quanto a lungo si possono prendere questi ormoni? Per lo meno fino a cinquant'anni, proprio per riportarsi nella condizione endocrina che hanno le altre donne con una menopausa naturale. Dopo i cinquant'anni, valuterà se continuare o meno.

Il discorso dei cinque anni va inteso in questo senso: dopo cinque anni di terapia sostitutiva, iniziata intorno ai cinquant'anni, aumenta modestamente il rischio di tumori alla mammella. Rischio in più che si ri-azzerà alla sospensione delle cure ormonali: un fatto che conferma il ruolo semmai "promovente" degli ormoni nei confronti di un tumore pre-esistente, ma ne esclude la responsabilità come "iniziatori" del tumore stesso. E' quanto è stato più volte ribadito da esperti di rango al recente undicesimo congresso mondiale sulla menopausa che si è tenuto a Buenos Aires a fine ottobre.

In conclusione, cara Elisa, continui serenamente questa terapia ormonale che le ha fatto ritrovare l'equilibrio perduto, almeno fino a cinquant'anni. Faccia annualmente la mammografia e l'ecografia, se il seno è denso. Rivaluterà poi con il suo ginecologo l'opportunità di continuare o

meno, e con quale prodotto, tra qualche anno ancora. A maggior ragione, quando il vantaggio in termini di qualità di vita ritrovata è nettamente superiore a eventuali rischi, che alla sua età sono davvero marginali. La vita è troppo breve per vivere di paure.