Contro il Covid: l'alleata segreta delle donne

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

Tre magnifiche sorelle. Pazienti storiche. Di alcune famiglie ho in cura più donne, anche di diverse generazioni. Per un medico un privilegio, una fonte di ispirazione e riflessione, perché consente di leggere con più chiarezza il ruolo della genetica, dell'educazione, degli stili di vita. Degli eventi dirompenti che possono ferire a fondo la salute. Delle strategie per affrontarli. Tutte e tre sono in menopausa e in terapia ormonale sostitutiva (TOS). Attente agli stili di vita, dimostrano dieci anni di meno. Sono loro ad aver ulteriormente stimolato il mio studio sul ruolo della TOS nei confronti del Covid-19.

Mi diceva Sara, la maggiore, 68 anni portati con grinta e consapevolezza: «Sì, grazie, sto bene, gli esami sono perfetti, guardi qua! Ma il periodo è stato pesantissimo. Tutta la famiglia ha avuto il Covid, un disastro. Due mesi infernali. Ora va meglio, ma le conseguenze non sono finite. Ho una domanda anche da parte delle mie sorelle, che verranno fra poco per il controllo».

«Subito la domanda, mi incuriosisce!».

«Prima le racconto: tutte e tre ci siamo prese il Covid da nostra mamma!».

«Com'è possibile?!».

«Pensi lei, faceva venire a casa il barbiere per il papà. Forse lo ha preso così. Lo abbiamo preso tutti. Le nostre due cognate hanno avuto una forma pesante, mia mamma quasi muore. Tutte e tre curate in ospedale, hanno strascichi. Mio papà e mio marito un febbrone e difficoltà respiratorie, per cui hanno fatto cortisone, antibiotici e anticoagulanti. Adesso stanno meglio. Io e le mie sorelle niente, una forma leggera, da non accorgersi. Siamo sicure di averlo avuto perché poi si sono positivizzati gli anticorpi. In famiglia le uniche tre che fanno la TOS siamo noi e non abbiamo avuto praticamente niente. Mia mamma e le mie cognate non hanno mai preso un ormone dopo la menopausa, che io sappia. Le risulta che le terapie ormonali aiutino anche a difenderci meglio da questa bestiaccia?».

Ci guardiamo intense. «E' una riflessione che stavo facendo. In effetti ho molte pazienti in TOS che hanno avuto forme leggerissime, come voi. Pochi sintomi lievi, qualche giorno di alterazione dell'olfatto o del gusto, niente di più. Forme gravi, di cui sia venuta a conoscenza tra le mie pazienti in TOS, nessuna. Ragionando, una spiegazione ci può essere. I dati finora sicuri sono questi. Il 70% circa delle vittime del Covid-19 sono uomini, il 30% donne. La vulnerabilità delle donne a un'infezione grave è minima finché sono in età fertile, fino ai cinquant'anni circa. Poi aumenta nettamente dopo la menopausa e nelle decadi successive. Si ritiene che in età fertile i grandi protettori delle donne contro il Covid-19 siano gli estrogeni: perché ottimizzano la risposta del sistema immunitario, senza consentire quella esplosione delle difese che causa la "tempesta citochinica". E' l'eccesso di risposta che può essere fatale. Sulla questione specifica della TOS come possibile scudo anti-Covid sto verificando cosa dicono gli studi scientifici. Quando vengono le sue sorelle?».

«Tra un mese, mi pare».

«Bene, approfondisco ancora e vi so dire».

I dati sono entusiasmanti: le donne che fanno TOS dopo la menopausa hanno una riduzione dal

50 al 78% di forme gravi o fatali di Covid-19. Lo dicono uno studio dei medici di famiglia inglesi e un altro condotto in 17 Paesi, oltre a studi specifici sul ruolo protettivo degli estrogeni nel modulare la risposta immunitaria. Se osservo le caratteristiche delle donne che fanno la TOS, è evidente che hanno un sistema immunitario più in forma anche perché hanno stili di vita sani, sono normopeso, fanno attività fisica regolare, hanno una glicemia normale (le diabetiche mal controllate hanno molti più rischi di Covid severo), assumono regolarmente la vitamina D.
Una solida assunzione di responsabilità verso la propria salute, stili di vita sani e costanti, e l'amica TOS: contro un virus inquietante, uno scudo efficace e potente. Peccato che, dopo la menopausa, usi la TOS solo il 5% delle italiane.