

Fumo: perché è pericoloso anche per la sessualità della donna

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Fumavo molto, una trentina di sigarette al giorno. Quando ho cominciato ad avere problemi di erezione l'urologo, un tipo vecchio stampo, me l'ha messa giù piatta: "Il fumo è il più potente killer dell'erezione. Continui a fumare così e non ci saranno né santi né Viagra. E' inutile andare dai medici e scavarsi la fossa da soli!". Per fortuna era simpatico e quel modo diretto di dire le cose mi ha convinto. Ho smesso di colpo e il Viagra funziona. Faccio i miei controlli e con l'urologo ci ridiamo su, per come è riuscito a convertirmi in un botto solo. Mia moglie continua invece a fumare tanto, fuori casa (perché non voglio neanche più il fumo passivo). A lei nessun medico ha mai detto che il fumo le rovinerebbe i rapporti. Il fumo fa male solo ai maschi?».

Renato G.

Il fumo fa molto male anche alla sessualità delle donne, perché il danno è grave sui vasi e sulle ovaie. Purtroppo nella valutazione sessuologica persiste una polarizzazione antica: tutte le cause dei problemi sessuali sono considerate biologiche negli uomini, e psicologiche o relazionali, per problemi di coppia, nelle donne. Questo fa torto a entrambi, perché le componenti biologiche e psichiche sono compresenti.

In sessuologia, l'asimmetria diagnostica, con cecità sulle componenti fisiche, pesa purtroppo molto di più sulle donne. Se la donna ha dolore ai rapporti e/o cistiti 24-72 ore dopo il rapporto può fare anni di psicoterapia, ma continuerà ad avere dolore e cistiti sempre più aggressive. Solo una fisioterapia competente e l'uso appropriato di farmaci mirati potrà cambiarne il destino di salute. Idem se non ha desiderio, ha secchezza o l'orgasmo grigio dopo la menopausa. Solo gli ormoni, quando appropriati, possono rilanciare il piacere sessuale.

Il funzionamento di base del corpo di uomini e donne è molto più simile di quanto si pensi. Perché? Uomini e donne condividono 45 cromosomi su 46: in altre parole tutti i meccanismi biologici che fanno funzionare le cellule in tutti i tessuti, e determinano le vulnerabilità da fattori lesivi, sono gli stessi per organi e funzioni. Genitali inclusi. Solo il 46° cromosoma fa la differenza: il cromosoma X determina la nascita del feto femmina; quello Y, che è grande circa un terzo del cromosoma X, fa differenziare l'embrione in senso maschile.

Le differenze di genere, maschili e femminili, sono evidenti, sia sui caratteri sessuali primari (la forma dei genitali esterni alla nascita), sia sui secondari, che maturano alla pubertà. Tuttavia cuore, vari arteriosi e venosi, polmoni, intestino, fegato, reni, vescica e organi di senso, per fare qualche esempio, lavorano allo stesso modo. Muscoli, ossa, tendini, fasce e articolazioni si muovono seguendo la stessa biomeccanica. I meccanismi di funzionamento delle cellule nervose sono gli stessi. Gli ormoni sessuali causano differenze quantitative e qualitative, ma la biologia di base è la stessa.

Nello specifico, il fumo ha gli stessi effetti dannosi sul fronte oncologico, e non solo polmonare, e sul fronte cardiovascolare, con una tossicità specifica per i vasi genitali. Nell'uomo, le difficoltà di erezione anticipano di circa tre anni l'infarto. Nella donna la secchezza vaginale, le difficoltà di

eccitazione e la riduzione dell'intensità dell'orgasmo da fumo cronico amplificano i danni da carenza ormonale, ma restano nell'ombra diagnostica.

Il fumo impone alle donne un costo in salute altissimo: oltre al rischio di tumori, aumenta anche il rischio cardiovascolare, di infarti e ictus, che è la prima causa di morte delle donne in Italia con il 33,4% (dati Istat), mentre il cancro al seno causa "solo" il 2% dei decessi. Tossico per le ovaie, il fumo riduce la fertilità, anticipa la menopausa e mina le basi fisiche della risposta sessuale. In modo tanto più grave quanto maggiore è stata l'esposizione al fumo, in termini di anni e di quantità giornaliera. Non bastasse, fumare controindica la contraccezione ormonale e la terapia ormonale sostitutiva. Meglio lasciare il fumo e scegliere la vita.

Pillole di salute

«Ho assunto un farmaco per il mal di stomaco: si è bloccato il ciclo e mi è venuta una secrezione come latte ai capezzoli. Possibile?! E' pericoloso?».

Rosaria

Non è pericoloso, ma è possibile perché la levosulpiride contenuta in quel farmaco alza la prolattina e può bloccare il ciclo causando galattorrea (latte dal capezzolo). L'effetto è del tutto reversibile: ne parli con il suo medico.

«Avevo cicli abbondanti, ero sempre senza forze e con desiderio morto e sepolto. Da 6 mesi prendo una pillola che ha tolto il ciclo: mi son tornate le forze e anche il desiderio è resuscitato. Il ciclo non lo voglio più! Ma mia madre dice che mi faccio brutti danni...».

Assunta T.

Il ciclo non è necessario alla salute, purché gli ormoni siano in equilibrio. Oggi una donna ha mediamente 450-480 cicli nella vita, cento anni fa ne aveva mediamente 150 (fra pubertà più tardiva, molti figli, allattamenti protratti). Regola d'oro: quando i cicli mestruali si accompagnano a molti sintomi, la salute migliora se si riduce il loro numero con le giuste cure. Mamma, stia tranquilla!
