Ringiovanimento vulvare: come scegliere?

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

"Ho 52 anni, sono senza mestruazioni da sei mesi, ma sto bene e non ho sintomi (per ora!). Mi curo molto e mi sento più giovane della mia età. Ho letto molto sul "ringiovanimento vulvare": silicone, collagene, acido ialuronico, laser, chirurgia, ormoni... Come scegliere il meglio? Io vorrei tenermi giovane anche lì, ma non vorrei fare danni. Lei che è dalla parte di noi donne, è favorevole o contraria? E che cosa consiglia?".
Matilde T. (Firenze)

Cara Matilde, sono senz'altro favorevole al tenerci in forma anche a livello genitale (perché no?), ma con intelligenza clinica, scegliendo la terapia più adatta alla singola donna ed evitando alcuni estremi che migliorano (forse) l'estetica ma non la funzione.
E' vero, i tessuti genitali invecchiano, dentro e fuori, con il passare degli anni e con un'accelerazione rapida dopo la menopausa, se non si effettuano terapie ormonali, almeno locali. Se poi è presente il lichen sclerosus vulvare, una patologia dovuta a fattori genetici e/o ad autoanticorpi (ossia anticorpi che sbagliano bersaglio e attaccano i nostri tessuti, in questo caso vulvari), l'invecchiamento genitale è ancora più marcato. Pensi che dai dieci ai cinquant'anni i corpi cavernosi dei genitali esterni (le strutture vascolari che si congestionano con l'eccitazione e consentono l'orgasmo) si riducono del 50 per cento e più, solo per effetto dell'età.
Se poi, come dicevo, non curiamo la menopausa, la perdita è ulteriormente accelerata. Risultato: le grandi e le piccole labbra si riducono progressivamente di dimensioni, perdono turgore ed elasticità, la clitoride si rimpicciolisce e il volume del suo corpo cavernoso si riduce drasticamente: la vulva invecchia, come la sua padrona. In parallelo, a causa dell'involuzione di tutte queste strutture anatomiche deputate all'eccitazione e al piacere, la donna nota una progressiva difficoltà di eccitazione («Adesso ci vogliono ore per eccitarmi»), l'orgasmo è più difficile da raggiungere e molto meno intenso («Ora sembra uno starnuto», mi diceva una signora) o addirittura scompare. Inoltre, come si imbiancano i capelli, si incanutiscono anche i peli pubici. E se la signora ha avuto parti per via vaginale, e il bambino era grosso (macrosoma), o c'è stato un periodo espulsivo prolungato e/o un'applicazione di ventosa o forcipe, ecco che anche i muscoli del pavimento pelvico sono ipotonici, e magari è anche comparso un abbassamento della vescica (cistocele), del retto (rettocele) o dell'utero (prolasso), di varia gravità.
Anatomia e funzione vanno sempre insieme: logica vuole che sia quindi necessario intervenire innanzitutto per ripristinare la funzione, di cui poi la forma è espressione. Molti interventi di "ringiovanimento vulvare" puntano invece a ridare alla vulva il turgore perduto (con impianti di silicone o iniezione di collagene, acido ialuronico o altro materiale biocompatibile). Il risultato può essere una vulva "a canotto" (come le labbra), ma non più funzionante di prima. Personalmente preferisco far ringiovanire la vulva in modo più fisiologico (veda il box), riservando la chirurgia ai casi di cisto-rettocele o di prolasso più severi. Alcuni tipi di laser cosmetico-terapeutico possono dare buoni risultati per stimolare una migliore riepitelizzazione in caso di lichen sclerosus: vanno

© 2011 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

usati da medici competenti per non creare danni.

Prevenire e curare – Come ringiovanire vulva e vagina in modo fisiologico

- Creme idratanti a base di vitamina E aiutano a nutrite la cute vulvare
- La pomata di testosterone all'1 o 2 per cento, applicata ogni giorno per tre mesi in minima quantità, poi due volte la settimana, attiva i fibroblasti, gli "operai" che costruiscono collagene, elastina e mucopolisaccaridi: questo ridà tono, consistenza e spessore a cute, sottocute e mucose. Il testosterone stimola le cellule dei corpi cavernosi a rigenerarsi: migliora l'estetica e restituisce alla vulva capacità di piacere e di orgasmo. Inoltre, gli ormoni ridanno a vulva e vagina il profumo di donna, perché stimolano i feromoni, cosa che nessun laser, silicone o chirurgia può fare
- Il cortisone va usato solo in caso di lichen sclerosus e per breve tempo
- Estradiolo o estriolo applicati in vagina due volte la settimana aiutano a ringiovanire anche la mucosa vaginale e la capacità di eccitazione e lubrificazione, oltre a proteggere la vescica
- Tinture di henné ridanno alla peluria pubica un più sano colore
- Esercizi fisioterapici e/o di biofeedback elettromiografico ridanno tono al muscolo elevatore dell'ano, migliorano la capacità di "sentire" e di avere orgasmi più intensi

Lichen sclerosus - Approfondimenti specifici

- Lichen vulvare: una causa trascurata di dolore ai rapporti

- Lichen sclerosus vulvare: il contributo terapeutico della seta naturale medicata

- Il tessuto che cura

- Lichen sclerosus: un disturbo che può colpire anche le bambine

© 2011 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it