Il ringiovanimento intimo, tra sogni e realtà

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

"Ringiovanire" è il grande sogno contemporaneo, visto che l'eterna giovinezza non è ancora accessibile ai mortali. Ringiovanire nel corpo e nella mente, nell'energia fisica e mentale e, perché no, anche nell'intimità. Il business cosmetico/estetico dei genitali non conosce crisi: come scegliere il meglio per garantirsi non solo più bellezza, ma anche più piacere fisico, quando si parla di ringiovanimento intimo? Ormoni, laser, oppure chirurgia? O quale combinazione tra i tre?
Dipende dall'esame clinico e funzionale. Non ha molto senso lisciarsi il viso e avere poi genitali che dimostrano vent'anni di più, giusto? Nella donna, l'invecchiamento genitale è un aspetto ancora trascurato nella pratica clinica, nonostante il suo impatto sulla femminilità, sulla funzione sessuale e sulla relazione di coppia. La secchezza vaginale è di solito l'unico sintomo genitale trattato, e poco, nella pratica ginecologica abituale. L'invecchiamento dei genitali esterni ("vulvare") viene diagnosticato solo quando sintomi fastidiosi, quali il prurito notturno e la secchezza vulvare, portano la donna in consultazione. Questi sintomi sono spesso causati dal lichen sclerosus, una malattia infiammatoria autoimmune, dal decorso lento e progressivo, che pian piano porta alla distruzione dei tessuti vulvari, a tutto spessore. Interessa cioè tutte le componenti dell'architettura cellulare vulvare, coinvolgendo nel processo evolutivo non solo cute e mucose, ma anche le strutture più profonde dei corpi cavernosi, oltre a vasi, nervi e tessuto connettivo, spegnendo in parallelo il piacere fisico. La distrofia vulvare, specie quando accelerata rispetto al resto del corpo, ha una causa genetica, caratterizzata da perdita e/o minore responsività dei recettori androgenici vulvari. I disturbi associati all'invecchiamento vulvare sono la progressiva canizie dei peli pubici, l'involuzione del clitoride, l'involuzione e conglutinazione delle piccole labbra, la secchezza della cute vulvare e il prurito, l'assottigliarsi della mucosa introitale con aumentata vulnerabilità alle microabrasioni e agli insulti meccanici. I correlati funzionali e sessuali includono difficoltà nell'eccitazione genitale (non solo vaginale ma anche clitoridea), aumentata difficoltà nel raggiungere l'orgasmo, perdita dell'intensità e della durata delle sensazioni orgasmiche ("sembra uno starnutino"), intolleranza alla stimolazione manuale e/o orale del clitoride, dolore alla penetrazione ("dispareunia") e altri disturbi sessuali caratterizzati da dolore. La caduta secondaria del desiderio, peggiorata dal dolore, portare ad evitare i rapporti. In più, la distrofia vulvare, con tutti i sintomi associati, può essere vissuta come lesiva del senso di femminilità e dell'attrattività sessuale.
Il ringiovanimento vulvare mira al miglioramento estetico, funzionale, o, meglio ancora, ad entrambi. Sul fronte cosmetico, il miglioramento è ottenibile con colorazione dei peli (anche "fai da te", a casa, oppure dall'estetista di fiducia), meglio se con coloranti biocompatibili. Creme con acido ialuronico e vitamina E aiutano il trofismo. Terapie locali a base di testosterone propionato al 2% in minima quantità o di testosterone di derivazione vegetale, applicate al clitoride e alla vulva, una volta al giorno, possono migliorare sia l'estetica vulvare, con genitali più turgidi e sani, sia la funzione sessuale. In vagina, l'applicazione in pomata di testosterone vegetale o prasterone (DHEA), tra qualche mese, quando verrà commercializzato in Italia, insieme agli estrogeni locali, contribuisce a creare la sinergia ormonale che ottimizza lubrificazione e piacere,

microbiota vaginale e salute tessutale, profumo di donna e longevità sessuale. Il laser è indicato quando la donna non può o non vuole assumere ormoni. La chirurgia va limitata alle donne che necessitano di intervento per cause funzionali benigne, per esempio un prolasso uterino o un'incontinenza da sforzo che non risponde più alle terapie riabilitative e/o ormonali, o per cause maligne (carcinomi).

Sentirsi più in forma, e con un piacere riacceso, aumenta soddisfazione di sé, gusto di amare e sentirsi riamate, allegria e sorriso verso la vita, con un impatto super-positivo anche sul partner. Ritrovare la compagna ringiovanita, anche nell'intimità, allunga la longevità felice della coppia, ben oltre la transizione menopausale. Aiuta la stabilità e la continuità serena della famiglia. Il piacere intimo condiviso rafforza la fedeltà: è il primo alleato di ogni matrimonio duraturo e felice.