Malattie autoimmuni: salviamo la fertilità

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

Le malattie autoimmuni sono in aumento, soprattutto tra le donne. Sono nemiche giurate della fertilità, e della longevità in salute. Sono sottovalutate nel loro potenziale di aggressività nei confronti delle ovaie che, silenziosamente attaccate e distrutte, non producono più né ovociti (le cellule riproduttive femminili, con infertilità), né estrogeni, progesterone e, in parte, testosterone (con menopausa precoce).

Nella mia attività clinica di ginecologa vedo molte giovani donne affette da malattie autoimmuni, fra cui celiachia, ipotiroidismo, artrite reumatoide e sclerosi multipla, che non sono state informate sulla vulnerabilità delle loro ovaie all'attività distruttiva di un sistema immunitario alterato, che comincia ad attaccare i loro stessi tessuti, iniziando un progressivo fuoco amico di varia gravità.

Premessa: il sistema immunitario è un sistema complesso e raffinato. E' l'esercito che, in condizioni ottimali, è il nostro primo alleato. In sinergia con un sano microbioma intestinale, ci protegge con efficacia da nemici disparati. Noi diamo per scontata la nostra salute e ci sorprendiamo quando sintomi e malattie ci fanno sentire la nostra estrema vulnerabilità. La salute è in realtà il mirabile risultato di triliardi e triliardi di processi chimici, che in tempo reale, in misteriosa e silenziosa sinergia, governano tutti gli aspetti della nostra salute, nell'ombra della nostra consapevolezza. Dal punto di vista statistico, ogni giorno in salute è un capolavoro. Un raro capolavoro. Molto improbabile, in verità, di cui dovremmo essere ammirati, proteggendolo con consapevole e quotidiana accuratezza, a cominciare da stili di vita sani.

La ragione è semplice: la probabilità di errori in sistemi così complessi, diversificati e sofisticati, ad altissima dinamicità e in costante dialogo con un ambiente mutevole, è molto più alta della probabilità che tutto funzioni a meraviglia. La genetica rende qualche sistema più vulnerabile: ecco perché un'accurata storia familiare è fondamentale. Essa ci dice non solo quali siano i sistemi più deboli in famiglia, ma anche l'età in cui le malattie, dipendenti dagli errori di quel sistema, sono state diagnosticate e le altre patologie da cui sono accompagnate ("comorbilità"). Di fatto è la prima "medicina di precisione".

L'età ci mette del suo a usurare i sistemi. Noi stessi, con abitudini di vita errate, avvelenate da pigrizia e autolesionismo, da tossici vari, fra cui cibo spazzatura, alcol, fumo e droghe, peggiorate da pervicace sedentarietà e sprezzo dei bioritmi, acceleriamo l'usura dei sistemi. Lo stress cronico, oggi in aumento verticale, accentua la vulnerabilità specifica del sistema immunitario, che dal punto di vista biologico, oltre che psichico, viene a trovarsi in uno stato di guerra permanente, con un consumo spaventoso di energia vitale. Nessun esercito può reggere una guerra continua, e nessuno stato, che sia il nostro corpo o una nazione, può reggere un'economia di guerra permanente.

Le conseguenze sono pesanti. A fronte di un aumento progressivo della longevità, aumenta il divario tra l'aspettativa di vita, sempre più lunga, e l'aspettativa di salute, che si sta accorciando, in modo più rapido nei Paesi in cui galoppano obesità e diabete. Peggio: negli USA i giovani obesi vivono già meno dei loro nonni, sono più malati e con patologie più gravi a età più giovani, con

una riduzione dell'aspettativa di vita e un crollo dell'aspettativa di salute.
In questo scenario, la presenza familiare, e ancor più personale, di malattie autoimmuni, deve mettere in allerta per anticipare la diagnosi nei primi fotogrammi del film della malattia, quando ancora possiamo cambiare in meglio il destino di salute. In una giovane donna affetta da celiachia, ipotiroidismo o altro, pensiamo subito alla minaccia che il fuoco amico, causato da un sistema immunitario che sbaglia bersaglio e comincia ad attaccare i suoi stessi tessuti, può rappresentare per le ovaie. Il pensarci dovrebbe attivare la diagnosi precoce: se il dosaggio degli ormoni ipofisari che stimolano le ovaie, il follicolo stimolante (FSH) e il luteostimolante (LH) è alto per l'età, e il dosaggio dell'ormone antimulleriano (AMH), prodotto dai follicoli ovarici, è basso, la riserva ovarica di ovociti e la fertilità residua sono ridotti, ancor più se il dato è confermato da un'ecografia transaddominale, se la ragazza non ha ancora avuto rapporti, o transvaginale, che mostra una bassa conta follicolare. Se la riserva ovarica è ridotta, è saggio procedere al salvataggio della fertilità con la crioconservazione di ovociti o di embrioni, se la giovane donna ha già una relazione stabile ma per ragioni diverse non può ancora pensare alla maternità nella vita reale. La salute è un capolavoro, da proteggere con cura oggi, pensando al futuro, ancor più in caso di malattie autoimmuni.