Aborto spontaneo: da cosa dipende, come prevenirlo

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

"Gentile professoressa, io e mia moglie abbiamo entrambi 38 anni e vorremmo avere il nostro primo figlio. Siamo però preoccupati dalla possibilità di un aborto spontaneo. Ci può spiegare quanto è probabile, alla nostra età, e da che cosa è provocato? Inoltre vorremmo sapere se c'è modo di prevenirlo. Grazie di cuore e tanti auguri per la sua attività".
Massimo e Marina (Perugia)

Gentile Massimo, l'aborto spontaneo è la complicanza più comune della gravidanza: interessa infatti circa il 30% delle gestazioni, inclusi gli aborti precocissimi, con un picco di incidenza nel primo trimestre. Nella maggior parte dei casi la causa non è immediatamente riconoscibile. Il rischio però cresce progressivamente con l'aumentare dell'età, arrivando a un'incidenza del 40% nelle donne di età superiore ai 40 anni. Secondo studi recentissimi, i 40 anni sembrano essere un'età critica anche per l'uomo, seppure in misura meno netta rispetto alla donna, perché con l'invecchiamento aumentano significativamente le anomalie negli spermatozoi.
In genere, le cause materne sono più importanti e frequenti, perché in un mese matura e arriva all'ovulazione un solo ovocita, che può quindi essere portatore di svariate patologie. Nell'uomo, gli spermatozoi sono molti milioni ed è più probabile che a fecondare l'ovulo sia il più sano e vitale. Ripeto però che, con l'età, questo diventa sempre meno vero anche per lui. Inoltre l'uomo può essere portatore di malattie genetiche o cromosomiche, nel qual caso tutti i suoi spermatozoi ne sono affetti e il suo ruolo nell'abortività ripetuta diventa quindi più probabile.

L'aborto spontaneo è sempre un evento per cui allarmarsi?
Non sempre. Nel caso di un singolo episodio di solito non è indicato alcun approfondimento diagnostico; al contrario, quando se ne verificano due o più consecutivamente (si parla allora di "aborto spontaneo ripetuto"), è opportuno rivolgersi a un centro specialistico per comprendere le possibili cause in entrambi i partner (genetiche, anatomiche, immunologiche, infettive, endocrine, trombofiliche), le probabilità che l'evento si ripeta e la prevenzione da mettere in atto. In pratica, fin dal secondo aborto spontaneo è meglio rivolgersi a un centro specializzato nello studio dell'abortività ripetuta, che valuterà in modo adeguato tutti i possibili fattori femminili e maschili.

E' vero che, come spesso si legge sui giornali, gli aborti spontanei sono in aumento?
Sì, anche se l'incremento può dipendere, sul piano statistico, da due fattori "confondenti":
- il sempre maggiore ricorso a procedure di riproduzione assistita, che hanno ancora elevati tassi di insuccesso;
- la diffusione di test di gravidanza precoci, in virtù dei quali un ritardo mestruale seguito da un flusso abbondante, al quale un tempo non si sarebbe data alcuna importanza, viene oggi

identificato e registrato come insuccesso riproduttivo.

L'inquinamento può favorire la tendenza di una donna ad avere aborti spontanei ripetuti?
Il potenziale abortivo degli inquinanti atmosferici, elettromagnetici, radianti o disciolti nell'acqua è molto incerto, per tre motivi:
- le variabili in gioco sono assai numerose ed è difficile isolare e misurare il possibile apporto di ciascuna;
- le popolazioni studiate sono difformi tra loro e non consentono quindi un immediato, affidabile confronto statistico;
- i metodi di rilevazione delle gravidanze sono molto diversi fra loro.
Sono invece ben note le conseguenze di altri fattori legati agli stili di vita, come l'alcol e il fumo: ed è su questo fronte, per venire alla vostra ultima domanda, che le donne dovrebbero esercitare la massima attenzione.

In che modo il fumo può mettere a repentaglio la gestazione?
Il fumo danneggia l'ovaio e riduce la probabilità di concepimento: e questo – è bene ricordarlo – anche in caso di fecondazione assistita. Inoltre ostacola il normale accrescimento fetale, e aumenta il rischio non solo di aborto spontaneo, ma anche di malformazioni fetali, insufficienza placentare e parto prematuro.

E l'alcol?
L'abuso di alcol può aumentare il rischio di aborto nei primi due trimestri, e predispone il piccolo alla sindrome feto-alcolica, con ritardi di crescita, anomalie del viso e deficit intellettuali. Attenzione: gli effetti non sono correlabili alla dose di alcol, per cui non si può stabilire una quantità "sicura" per ogni donna e per tutte le gravidanze.

In conclusione…
A fronte di rischi così gravi, vale davvero la pena fare un piccolo sacrificio e modificare il proprio stile di vita almeno nei mesi della gestazione: anche se eliminare il fumo e limitare l'alcol aiutano a star bene per tutta la vita, indipendentemente dal desiderio di un figlio.