

L'obesità aumenta il rischio di tumori al seno e all'utero

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«La ginecologa cui mi sono rivolta per la secchezza vaginale e il dolore ai rapporti mi dà solo la terapia ormonale locale, perché sono obesa (peso 78 chili per 1.58 metri) e ho già troppo rischio di tumori al seno e all'utero proprio per il mio peso. E' vero? Cosa devo fare?».

Annamaria C. (Asti)

Sì, la collega ha detto il vero: l'obesità aumenta il rischio di tumori al seno e all'utero, oltre ad altri organi. La ragione? Il tessuto adiposo, il grasso corporeo, dal punto di vista della salute è un killer silenzioso, in donne e uomini. Non solo sul fronte tumori. E' una bomba a scoppio ritardato: produce enormi quantità di citochine pro-infiammatorie, sostanze che letteralmente incendiano i nostri tessuti. Più il peso corporeo aumenta, più aumenta l'infiammazione in tutto il corpo, e più siamo malati.

Il binomio obesità-infiammazione è il denominatore comune, il fattore più potente nel causare tumori, ma anche malattie dismetaboliche, come l'insidioso diabete, e cardiovascolari, fra cui ipertensione, infarti e ictus. Colpisce anche il cervello, perché causa neuroinfiammazione: i sintomi più inquietanti sono la depressione e la perdita di memoria, fino al decadimento cognitivo della malattia di Alzheimer. Quando il peso aumenta, attenzione ai segnali di allarme per la salute: circonferenza addominale superiore a 88 cm, pressione arteriosa superiore a 138/85 mmHg, aumento di colesterolo, trigliceridi e glicemia, sopra i 100 mg/dL.

Perché il sovrappeso causa tumori al seno e all'endometrio, la mucosa interna dell'utero? Il tessuto adiposo produce anche molti ormoni, fra cui un estrogeno "cattivo", l'estrone, che stimola la proliferazione delle cellule "ormono-dipendenti" del seno e dell'endometrio, fino a triplicare il rischio di tumori maligni, tanto più quanto il peso aumenta.

Nelle donne obese è giusto curare i sintomi genitali tipici della post-menopausa, che lei nota, come secchezza, dolore ai rapporti, e i sintomi urinari, come l'incontinenza o le cistiti post-rapporto, e incoraggiare la signora a iniziare un cambiamento di vita attivo per recuperare salute attraverso la riduzione del peso. Se l'ecografia transvaginale indica che l'endometrio è attivo, è utile una terapia generale a base di soli progestinici, ormoni cugini del progesterone, che riducono la tendenza dell'endometrio a proliferare. Per curare bene i sintomi genitali senza usare estrogeni sono ottimi il prasterone, in vagina, e il testosterone in crema, in vagina e sulla vulva.

Si regali un progetto di salute e felicità, puntando su una camminata mattutina all'aria aperta, di 45 minuti al giorno, una cena leggera, la riduzione di grassi e zuccheri, il rispetto del sonno. Riconquisterà leggerezza, energia e salute e potrà fare in serenità la terapia ormonale generale.

Pillole di salute

«Vorremmo un figlio. Anch'io devo fare gli esami preconcezionali? Perché?».

Alberto C.

Perché il "cicogno" ha il 50% delle azioni. La salute del figlio che verrà dipende sia dalla donna, sia dal partner. E' giusto verificare la presenza di malattie trasmissibili, sia genetiche, attraverso storia clinica e approfondimenti, se indicati, sia acquisite, e che il partner assuma l'acido folico per tre mesi, prima del concepimento.
