

Vampate in menopausa: un farmaco non ormonale potrà curarle

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Lei parla con entusiasmo della terapia ormonale e dei suoi benefici. Quando la leggo mi vengono i nervi perché io, che ho avuto un cancro al seno e sono piena di sintomi e di vampate tremende, quelle cure non le posso fare. Non mi parli di fitoterapia, perché ho provato e su di me non serve. C'è qualcosa di serio per le donne sfortunate come me? O dobbiamo morire di vampate e di rabbia?».

Carola S. (Genova)

Comprendo la sofferenza e la collera. Le ritrovo in molte pazienti, tormentate dalle vampate, alle quali non posso dare la terapia ormonale sostitutiva se hanno avuto un tumore al seno, o altri tumori ormono-dipendenti. Ho tuttavia un'ottima notizia, che spero le ridarà il sorriso.

Un farmaco innovativo, il fezolinetant, ha dimostrato ottima efficacia nel ridurre significativamente le vampate. Il vantaggio: non è un ormone, non diventa un ormone, ma ha la capacità selettiva di riportare alla calma l'interruttore del centro dell'ipotalamo (la parte del cervello che controlla le funzioni-chiave della vita) che regola la termoregolazione, disturbata dalla carenza di estrogeni. E' composto da neuroni che producono sostanze dal nome esotico: kisspeptina, neurochinina b, dinorfina. Più queste cellule nervose soffrono per la perdita degli amici estrogeni, più pulsano scatenando le vampate. Il fezolinetant blocca la neurochinina b, che scatena il putiferio, in quanto è un antagonista del suo recettore. Di fatto, impedendo il legame, tiene quieti i neuroni che altrimenti "accendono" letteralmente la vampata. E' come se bloccasse (reversibilmente) l'interruttore agendo su quello specifico meccanismo. Ecco perché funziona rapidamente, a volte fin dalla prima compressa. La riduzione delle vampate è significativa nel 60% delle donne.

Senza vampate il sonno, primo custode della salute, migliora nettamente, La donna recupera energia vitale, voglia di vivere e di impegnarsi in stili di vita più sani, dall'attività fisica (anche il camminare veloce la mattina) a un'alimentazione scelta, al recupero del peso forma. Cambiamenti che, secondo altri studi, possono dare anche una significativa riduzione di tumori e di recidive.

Gli effetti collaterali del fezolinetant sono modesti e transitori; tra questi, cefalea e lieve aumento delle transaminasi interessano circa il 5% delle donne. Limiti? A parte il prezioso e specifico effetto sulla termoregolazione, il fezolinetant non cura altri problemi dovuti alla carenza di estrogeni, fra cui l'osteoporosi o la sindrome genitourinaria della menopausa. Tuttavia l'effetto così positivo sulle vampate può consentire di agire poi con altre strategie per migliorare anche gli altri disturbi.

Il farmaco, studiato dal 2017 in quasi 2000 donne con rigorosi studi controllati, è stato approvato dalla Food and Drug Administration (FDA) statunitense il 12 maggio, ed è ora al vaglio dell'European Medicines Agency (EMA) per essere approvato e utilizzato in Europa. Davvero un raggio di luce per tutte le donne che non possono o non vogliono usare ormoni per ridurre le

vampate.

Pillole di salute

«Perché quello che mangiamo può causare buonumore o depressione?».

Chiara S.

La regia biologica dell'umore è in mano a un triumvirato, costituito dall'intestino, dal microbiota – i miliardi di microrganismi che ci abitano e si sono evoluti con noi – e il cervello viscerale. Il 90% della serotonina, il neurotrasmettitore che regola l'umore, abita nel cervello viscerale ed è modulata dal microbiota, sul quale il cibo agisce come tossico, linfa vitale o felice panacea.
