

## Profumo di donna: perché si perde dopo la menopausa

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Scrivo a lei che è attenta alle ragioni del corpo, perché di chiacchiere psicologiche sulla crisi di coppia a cinquant'anni non ne posso più. Ho 58 anni, mia moglie 55. E' in menopausa da tre anni. E' bella, in forma, fa sport e siccome non ha disturbi non ha fatto nessuna cura. Il problema è mio, ma anche nostro: ho sempre amato il suo profumo intimo, per me l'afrodisiaco migliore del mondo. Pian piano quel profumo si è perso, è proprio scomparso. Non c'è nessuna questione psicologica, non ho un'altra donna, e vorrei stare con lei per il resto dei miei giorni. Però senza quel profumo è il mio desiderio fisico che muore. C'è un rimedio serio?».

M.R. (Venezia)

Vero. Il "profumo di donna", quel profumo intimo, unico come l'impronta digitale che ogni donna ha, ed è diverso da tutte le altre, è un afrodisiaco potente. Il più potente del mondo per gli uomini che, come lei, hanno un'intensa sensibilità olfattiva: per loro è "quel" profumo, e nessun altro, che può accendere il desiderio fisico, nella sua misura più segreta, profonda e arcaica, con un'erezione rapida e vigorosa. Sua moglie è bella e in forma. Tuttavia, senza quel profumo, è il suo desiderio di maschio che muore, come lei dice con folgorante precisione. «L'essenziale è invisibile agli occhi», scriveva Antoine de Saint-Exupéry nel "Piccolo principe".

Le ragioni del corpo sono precise: con la menopausa, la donna perde tutta la produzione ovarica di estrogeni e progesterone, con l'aggravante età-dipendente della perdita del 50% del testosterone prodotto dalle ovaie. Senza ormoni sessuali crolla la produzione di feromoni, che regalano il profumo di donna giovane (e fertile). Sono sostanze chimiche, prodotte dalle ghiandole sudoripare e sebacee dei genitali femminili, in forma di precursori: diventano sessualmente attraenti quando sono attivate dal microbioma vulvare, ossia dai miliardi di microrganismi amici che abitano sui genitali femminili e li proteggono, mentre li vestono con un odore deliziosamente attraente.

La riconquista del profumo di donna è possibile, restituendo al corpo gli ormoni perduti, almeno a livello genitale, con estrogeni e/o progesterone in vagina, e testosterone in crema sia sulla vulva, sia in vagina. In tre-sei mesi questi ormoni migliorano tutti i tessuti genitali: la vagina torna elastica, la mucosa diventa soffice, si lubrifica e riconquista il suo microbioma fatto di lattobacilli, il crispatus in testa. Le secrezioni vaginali ritrovano l'acidità sana (pH 4) e il buon sapore della giovinezza. La cute della vulva, ossia dei genitali esterni, torna a essere idratata e ben nutrita, pronta per essere riabitata dal suo microbioma, essenziale per l'attivazione dei feromoni.

Non c'è terapia biofisica che possa fare questo: né il laser, né l'ossigenoterapia, né l'acquaporazione o altro. Per il profumo di donna bisogna ridare ai tessuti genitali gli ormoni perduti. Mi raccontano le pazienti: «Che felicità quando lui mi dice: Come sei morbida! Hai di nuovo il tuo profumo... Sei di nuovo tu».

Pillole di salute

«Avevo sempre le cistiti dopo i rapporti, anche dolorosi. Finalmente una brava fisioterapista mi ha insegnato a rilassare i muscoli che circondano la vagina e l'uretra. Adesso non ho più dolore né di cistiti. Perché voi medici non consigliate prima di tutto la fisioterapia, invece di rimpinzare le donne di antibiotici?».

Amalia T.

Ha ragione. Soprattutto nelle donne che non hanno avuto figli, o li hanno avuti solo con taglio cesareo, una fisioterapia ben fatta risolve la causa "biomeccanica" delle cistiti, agendo in chiave preventiva.

«Ho mestruazioni abbondanti, lunghe (sette giorni) e molto dolorose. La ginecologa mi ha prescritto una pillola contraccettiva, ma mia mamma non vuole che la prenda perché dice che altrimenti non potrò avere figli! Però io queste mestruazioni non le sopporto più!».

Amira S.

Gentile Amira, purtroppo la mamma asseconda credenze errate. La verità del corpo è questa: le mestruazioni molto dolorose e abbondanti aumentano di 12 volte il rischio di avere un'endometriosi. E' una patologia in cui le cellule dell'endometrio, lo strato interno dell'utero, si trovano in sedi diverse, dove si moltiplicano in risposta agli stimoli ormonali. Causa dolore pelvico prima ciclico, mestruale, e poi cronico; infertilità, ossia difficoltà a concepire; e menopausa precoce, dopo interventi di asportazione di cisti ovariche endometriosiche. In alternativa alla pillola contraccettiva, è possibile usare il dienogest (1 cps alla sera), un progestinico approvato in tutto il mondo come terapia per l'endometriosi. Perché soffrire tanto, quando la cura è efficace e protettiva?

---

---