

## **Rassegna del 03/06/2010**

---

OGGI - Gli ormoni aiutano la memoria? - Graziottin Alessandra

LIBERO QUOTIDIANO - Lettera - La pillola compie 50 anni - Bovicelli Alessandro

CORRIERE DELLA SERA ROMA - "Bonus da 250 euro contro gli aborti" - ...

**Corpo e cuore** La salute dalla parte delle donne


di Alessandra Graziottin

## Gli ormoni aiutano la memoria?

«**S**o che lei è favorevole agli ormoni dopo la menopausa. Ho 52 anni, sono in menopausa da un anno e sto... perdendo la memoria. Prenderei gli ormoni, ma sono spaventata dalle tante voci contrarie. Come facciamo noi donne a decidere, se poi neppure voi medici avete le stesse idee?».

Marilena K., Trieste

**Ha ragione: la prima causa di preoccupazione di una donna, nel cominciare la terapia ormonale, è la mancanza di consenso tra i medici.**

Allora, diciamo che tre sono i punti fermi:

**1)** la terapia ormonale è protettiva per la salute se cominciata subito dopo la menopausa; può risultare dannosa se iniziata molti anni più tardi, perché potrebbe scompensare situazioni patologiche (per esempio vascolari) già in atto; **2)** stili di vita sani valorizzano i benefici della terapia ormonale, e ne limitano i rischi; **3)** il rischio basale per la mammella esiste in tutte le donne: circa dieci su 100 svilupperanno un tumore mammario nel corso dell'esistenza senza aver mai preso un ormone! Se la donna assume la terapia ormo-

nale per cinque anni, tale rischio aumenta dello 0,08 per cento. Pochissimo! Ora, se questo minimo incremento viene giudicato comunque inaccettabile, è giusto che la donna non intraprenda la terapia ormonale. Se, invece, è considerato accettabile, e non esistono controindicazioni, allora è giusto seguirla, a dosi «personalizzate».

**E veniamo alla questione «memoria».** Lo studio più recente, condotto alla Columbia University di New York, e pubblicato sulle pagine di *Menopau-*

*se*, conferma ricerche

precedenti. E dimostra che dieci anni di terapia ormonale sostitutiva, iniziata entro due anni dalla meno-

pausa, migliorano significativamente l'attività cerebrale, e in particolare nell'ippocampo, il grande centro deputato alla custodia della memoria.

Questa maggiore funzione finisce per produrre risultati più brillanti nei test mnemonici rispetto alle donne che non hanno utilizzato ormoni.

**LA TERAPIA SOSTITUTIVA PROTEGGE SE INIZIATA PRESTO**

Le lettere vanno indirizzate a: **Alessandra Graziottin**, «Oggi», via Angelo Rizzoli 8, 20132 Milano. graziottin.oggi@rcs.it (www.alessandragraziottin.it)

### prevenire & curare

## Controlli e raccomandazioni su misura

Gli ormoni per la donna sono «amici» se:

- conduciamo stili di vita sani, quindi con ottimo controllo del peso (l'obesità incrementa il rischio di tumori alla mammella e all'utero più di ogni terapia ormonale!);

- poco vino, niente fumo (che minaccia anche vescica, seno e collo dell'utero), moto regolare e giusti stimoli per la mente;
- si comincia la cura con ormoni bioidentici, a dosi basse personalizzate, subito

- dopo la menopausa; vengono eseguiti ogni anno visita ginecologica, controllo della pressione, mammografia, ecografia pelvica, pochi esami del sangue e Pap-test annuale o biennale.

**CONTRACCEZIONE**

## La pillola compie 50 anni

La pillola contraccettiva ha compiuto 50 anni. Era il maggio del 1960 quando in America veniva approvato l'Enovid, primo rimedio farmacologico contro le gravidanze, creato da tre ricercatori statunitensi. Questo avvenne dopo migliaia di anni in cui si erano utilizzati i rimedi più improbabili, dai conti basati sulle fasi della luna, alle lavande al *coitus interruptus*. Tuttavia l'Italia ha dovuto aspettare un po' di più. La pillola infatti arriva nelle nostre farmacie all'inizio

degli anni Settanta in piena rivoluzione sessuale quando si avvertono i prodromi delle controverse sulle libertà individuali. Nel 1975 poi aprono i consultori che dispensano gratuitamente informazioni e prescrizioni. Tuttavia i dati attuali della Società di Ginecologia e Ostetricia riportano che le donne italiane non sono fedeli ai metodi contraccettivi ormonali e passano spesso dalla pillola al profilattico al coito interrotto. Il 37% delle ragazze fa sesso la prima volta a 16 anni senza alcuna precauzione. Il 63% delle giovani considera la pillola dannosa alla salute. In Italia soltanto il 16.2% delle donne in media fa uso della pillola. È, invece, in forte aumento l'uso della pillola del giorno dopo, contraccettivo d'emergenza, meno affidabile e più nociva.

**Alessandro Bovicelli**  
*e.mail*



**DE LILLO**

## «Bonus da 250 euro contro gli aborti»

Un bonus di 250 euro, per 18 mesi, alle mamme. È quanto suggerisce (in linea con un analogo provvedimento adottato in Lombardia) il senatore Stefano De Lillo (Pdl) per scoraggiare il fenomeno delle interruzioni delle gravidanze. La proposta è contenuta in una lettera aperta alla governatrice Renata Polverini. «Una delle emergenze più gravi del nostro Paese è generato dalle culle vuote come conseguenza delle interruzioni volontarie di gravidanza. Lei pensi che senza contare quelli procurati dalle pillole abortive, le interruzioni sono nel nostro Paese più di 120.000 all'anno, con una media di 329 al giorno. Di queste almeno 15.000 nella nostra Regione». «Ogni bambino o bambina che nasce - conclude la lettera - vale molto di più dei 4.500 euro da erogare in favore delle mamme per i primi tre anni di vita. Invece di spendere tra i 2500 e i 3000 euro per ogni aborto, sarà molto meglio spostare queste risorse a favore dei bonus alle mamme di 250 euro per 18 mesi».

