



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

# MENOPAUSA ED ASSISTENZA PRIMARIA QUALE LINK?

Dr.ssa Maria Anna Auliano  
Spec. In Endocrinologia  
MMG ASL RM3 Roma



# COS'E' LA MENOPAUSA?

- La menopausa **non è una malattia**
- È un **evento naturale** che si verifica nella vita di ogni donna in genere dai **45 ai 55 anni o chirurgica**



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

# **OGNI DONNA HA LA SUA MENOPAUSA**

I sintomi della menopausa non sono uguali per tutte  
e possono manifestarsi in modo diverso nel tempo  
da donna a donna

Alcune donne sono più sensibili alla carenza  
ormonale o non tollerano la sintomatologia che ne  
deriva



# PERCHE' TANTI PREGIUDIZI SULL'HRT?

- Scarsa partecipazione dei medici di **medicina generale**
- Scarsa partecipazione dei medici **specialisti**
- Notizie allarmanti dalla **stampa** e dai **media**
- **Amiche e parenti** con esperienza personale particolare



**Nel 2002 lo studio WHI (women's health initiative) ha sollevato ampio dibattito sugli effetti della TOS evidenziando nella popolazione studiata un aumento del rischio di alcune patologie, tra cui anche i tumori**



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

# Lo studio **HERS** (the heart and estrogen/progestin replacement study)



Gli studi successivi hanno  
chiarito le modalità per usare la  
TOS confermando alcuni effetti  
positivi e definendo meglio il  
**rapporto tra rischi e benefici**

- **tappa evolutiva nella vita della donna**, ma può presentarsi influenzandone negativamente la qualità
- **Sintomi in rapporto causale con la menopausa (vasomotori, disturbi vaginali, disturbi del sonno), in genere temporanei**
- **Altri problemi associati alla menopausa (irritabilità, depressione, dolori osteoarticolari, aumento di peso, ...)** senza un sicuro nesso causale, ma tutti meritevoli di attenzione





# Menopausa

Ansia

↑↑ Calore

Irritabilità

Cefalea

↓ Libido

Stanchezza

Insonnia

**Non voglio andare dal ginecologo**

Osteoporosi

Memoria

**Magari provo degli integratori ?**

vaginale

**Forse è meglio che vado dal ginecologo?**

di Donna  
writer



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

# Quando proporre terapia ormonale?

**Ruolo determinante  
Età di insorgenza della  
menopausa**



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

**L'informazione non deve  
enfaticizzare i vantaggi e  
minimizzare i rischi**



# Fondamentale: informazione corretta

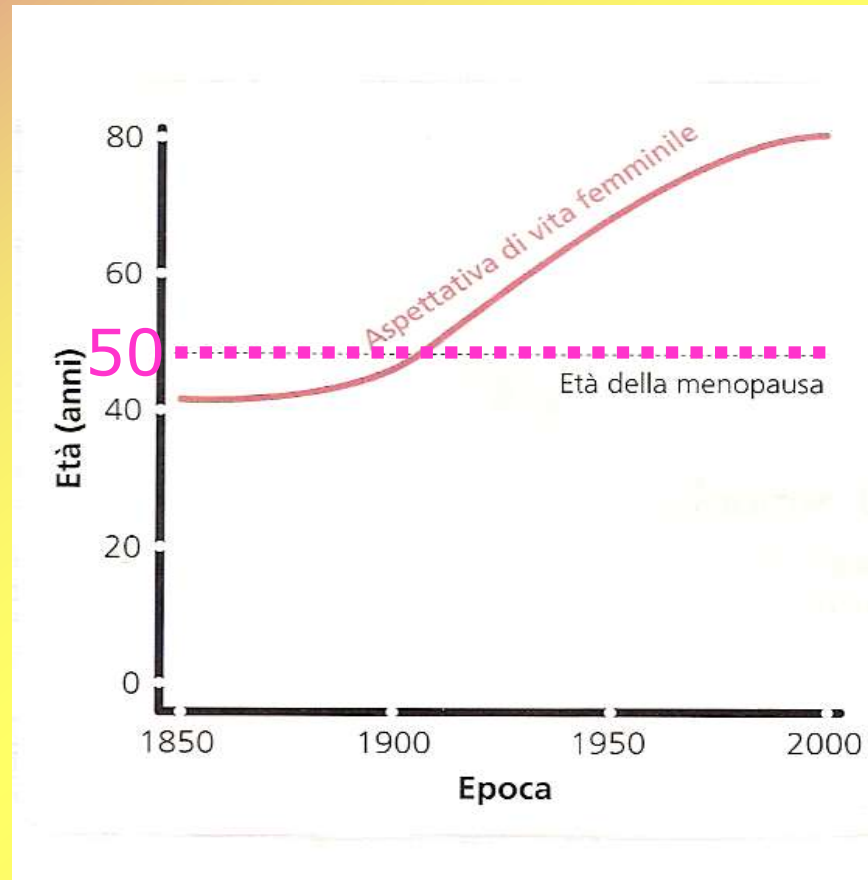
- Prevenzione oncologica
- Prevenzione cardiovascolare
  - Prevenzione fratture
  - Sintomi

# Quando consigliare TOS?

## Per quanto tempo?

- Donne con menopausa precoce
- Donne con sintomi vasomotori e disturbi del sonno percepiti come importanti; terapie topiche per disturbi vaginali
- Donne che hanno un vissuto negativo della menopausa e desiderano fare uso della TOS
- Informazione su: transitorietà e benignità dei sintomi, benefici e rischi della terapia, frequente ricomparsa dei sintomi alla sospensione, alternative terapeutiche. Tempi di utilizzo più brevi possibili (pur senza quantificarli) e dosi minime efficaci

# Aspettativa di vita media nei Paesi Occidentali





## **Estrogeni – Controindicazioni:**

### **Relative**

- Ipertrigliceridemia familiare (per la via orale)
- Colelitiasi
- Anamnesi positiva per tromboembolia

### **Absolute**

- Epatopatie acute e croniche
- Trombosi acuta, porfiria
- Ca. endometrio
- Ca. mammella

La menopausa occasione per proporre cambiamenti dello stile di vita, che comportano benefici al di là degli effetti sui sintomi della menopausa

L'attività fisica ed una dieta appropriata che riducono il rischio di osteoporosi, il rischio cardiovascolare, il peso, l'incontinenza urinaria, i sintomi vasomotori





*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

## **ATTIVITA' FISICA:**

- Riduce sintomi vasomotori
- Riduce rischio cardiovascolare
- Riduce peso corporeo
- Riduce rischio osteoporosi

## **DIETA APPROPRIATA**

- Riduce sintomi vasomotori
- Riduce rischio cardiovascolare
- Riduce peso corporeo
- Riduce rischio osteoporosi



- **Sintomi vasomotori** (sudorazione, vampate di calore)
- **disturbi vaginali** legati alla secchezza delle mucose
- **disturbi del sonno**

Sono disturbi temporanei di intensità variabile, ma in alcuni casi influenzano negativamente la qualità della vita



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

# **VARIABILITA', INTENSITA' E TRANSITORIETA' DEI SINTOMI**

**30-50% SCOMPARSA IN POCHI MESI/1 ANNO**

**85-90% SCOMPARSA IN 5 ANNI**



# Il rapporto tra MMG e la menopausa



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

- Il progresso, le scoperte e lo sviluppo di Terapie Ormonali Sostitutive (TOS) a favore del controllo dell'eventuale insorgenza di sintomatologia menopausale, sono sempre state al centro di dibattiti circa la loro efficacia ed affidabilità, alternando risposte altamente contraddittorie sul loro rapporto tra rischio e beneficio.
- Data la delicatezza della questione, è quindi opportuno che la donna sia informata e consigliata in maniera affidabile dai professionisti che si prendono cura del suo benessere; il Medico di Medicina Generale (MMG), alla luce del rapporto di cura completo e continuativo con i propri pazienti, svolge un ruolo fondamentale in questo senso.



# Studi sul rapporto tra MMG e la menopausa



*La menopausa da un'altra prospettiva*

7 Dicembre 2019

Mediante ricerca condotta sul database pubmed.org sono stati individuati 7 studi, uno dei quali condotto in Italia; fra essi ...

Hormone replacement therapy in general practice: a survey of doctors in the MRC's general practice research framework.

BMJ. 1991 Jun 1; 3



H C Wilkes and T W Meade

Tramite servizio postale **sono stati inviati 1268 questionari ai MMG** iscritti al gruppo di ricerca: **1081 le risposte pervenute**, di cui **il 9% confermava la somministrazione di TOS alle pazienti**. È emerso che **più della metà dei prescrittori TOS lo faceva a scopo di prevenzione primaria (fratture e cardiovascolare), in donne asintomatiche**



# Terapia Ormonale Sostitutiva (TOS)

**Quando ?**

## **PZ SINTOMATICA**

Trattamento dei sintomi  
vasomotori moderati/severi

## **RISCHIO DI FRATTURA OSSEA**

❗ Atrofia vaginale = E locale (non P)



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

## A survey of views on hormone replacement therapy

S. G. Norman, J. W. W. Studd



Volume 101, Issue 10  
October 1994  
Pages 879-887

Lo studio si è prefissato di indagare le attitudini di MMG e Ginecologi londinesi 15 rispetto ai diversi aspetti della TOS (eleggibilità al trattamento, indicazioni terapeutiche, pratica prescrittiva, monitoraggio), comparando gli outcomes dei due gruppi. **Tramite servizio postale sono stati spediti questionari anonimi (589 ai MMG, 998 ai Ginecologi; risposte 373 e 655),** dall'analisi dei quali è emerso, come dato interessante, che il **64% dei Ginecologi** ed il **56% dei MMG credono che la TOS dovrebbe essere offerta ad ogni donna presentante caratteristiche d'eleggibilità al trattamento (sintomi climaterici, principalmente).**

## General practitioners' advice on menopausal hormone therapy



2008

Con metodo casuale,, stati spediti a 400 MMG Norvegesi altrettanti questionari. Sono pervenute **289 risposte (72%),** dalle quali è essenzialmente emerso che **il 13% dei medici prescrive regolarmente TOS alle pazienti che presentano sintomatologia climaterica,** mentre il **29% di essi ne consigliano attivamente la sospensione, qualora le donne fossero in terapia.**



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

# In conclusione cosa dire





*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

**2008**



**Conferenza di consenso**

# **Quale informazione per la donna in menopausa sulla terapia ormonale sostitutiva?**

**DOCUMENTO DEFINITIVO DI CONSENSO**

Conferenza di consenso «Quale informazione per la donna in menopausa sulla terapia ormonale sostitutiva?». Torino 16-17 maggio 2008.



## **1. Quali aspetti della menopausa possono essere divulgati come problemi di salute?**

La menopausa è una delle tappe evolutive nella vita della donna, che talora può presentarsi in forma critica creando malessere.

I problemi per i quali è dimostrato un rapporto causale con la menopausa sono:

- sintomi vasomotori (sudorazione, vampate di calore);
- disturbi vaginali legati a secchezza delle mucose;
- disturbi del sonno.

I sintomi vasomotori e i disturbi del sonno sono generalmente temporanei e di intensità variabile, ma in alcuni casi tali da influenzare negativamente la qualità della vita della donna.

Altri problemi frequentemente associati alla menopausa (quali ad esempio irritabilità, depressione, dolori osteoarticolari, aumento di peso) non hanno con essa un sicuro nesso causale, ma sono ugualmente meritevoli di attenzione.



## **2. Per quali scopi si può consigliare la TOS, a quali donne, per quanto tempo?**

La TOS va riservata alle donne con menopausa precoce, che va considerata un quadro patologico, e a quelle che lamentano sintomi vasomotori e disturbi del sonno percepiti come importanti e persistenti, mentre la secchezza vaginale e il dolore nei rapporti sessuali (dispareunia) non sono di per sé indicazione ad una TOS per via sistemica e dovrebbero essere trattati con preparati topici che risultano generalmente efficaci.

Il caso delle donne che, pur non avendo disturbi importanti hanno però un vissuto negativo della menopausa e perciò desiderano fare uso della TOS, non può essere oggetto di una raccomandazione generalizzabile, ma va valutato nel rapporto con il medico curante.

Le donne devono essere preliminarmente ben informate della transitorietà (salvo la secchezza vaginale) e benignità dei sintomi, dei benefici e potenziali rischi della terapia ormonale, della frequente ricomparsa dei sintomi alla sospensione del trattamento e delle alternative terapeutiche non ormonali che potrebbero ridurre i disturbi, per permettere una decisione pienamente consapevole.

Alle donne devono essere fornite informazioni relative agli stili di vita opportuni e alle terapie non farmacologiche disponibili (vedi punto 3).

Non vi sono dati di letteratura circa la durata ottimale del trattamento per il controllo dei sintomi. Si raccomanda di attenersi alle linee guida, che suggeriscono tempi di utilizzo più brevi possibili (pur senza quantificarli) e dosi minime efficaci.





### **3. Su quali alternative, soprattutto non farmacologiche, è utile maggiore informazione?**

È opportuno che le donne siano informate sulla temporaneità e benignità dei sintomi, sulla possibilità sia di trattarli con la TOS, sia di affrontarli con alternative non farmacologiche.

La menopausa va colta come occasione per proporre cambiamenti salutari e non medicalizzanti dello stile di vita, che comportano benefici al di là degli effetti sui sintomi della menopausa. In particolare, vanno raccomandati:

- l'attività fisica, che riduce il rischio di osteoporosi, il rischio cardiovascolare, il peso, l'incontinenza urinaria, i sintomi vasomotori;
- una dieta appropriata, che riduce il rischio di osteoporosi, il rischio cardiovascolare, il peso e i sintomi vasomotori.

La scelta di trattamenti non farmacologici deve essere sostenuta da programmi di formazione e counselling adeguati.



## **5. Quali bisogni informativi hanno le donne?**

È richiesta una informazione scientificamente fondata e indipendente, sia per le donne sia per il personale sanitario:

- sul concetto di menopausa quale evento naturale della vita;
- sui sintomi attribuibili alla menopausa, sulla loro possibile durata, e modalità di controllo;
- sulle possibili terapie, farmacologiche e non, la loro efficacia e i loro rischi;
- sugli stili di vita più opportuni

Limitatamente alle donne nel periodo di transizione alla menopausa, è necessario informare della persistente possibilità di cicli ovulatori e quindi della minore affidabilità di metodi contraccettivi naturali.





## **6. Come si può interpretare criticamente l'informazione su questo tema? Quali rischi comporta una cattiva informazione rivolta al pubblico e ai medici? Come evitarli?**

L'informazione sulla TOS ne ha inizialmente enfatizzato i vantaggi, ridimensionati successivamente dalla letteratura, che ne ha evidenziato i rischi. La qualità complessiva dell'informazione sulla menopausa, dalle fonti mediche e giornalistiche evidenzia carenze metodologiche, contraddittorietà e presenza di conflitti di interesse (economici, ma anche professionali). Attualmente è presente anche il rischio che una non corretta informazione privi della TOS quelle donne che presentano disturbi non tollerati e ne potrebbero quindi beneficiare con rischi relativamente modesti.

È richiesta la diffusione di una informazione scientificamente corretta sulle conoscenze disponibili, vantaggi, svantaggi, comprese le aree di incertezza, sulle alternative, farmacologiche e non, e sulla loro efficacia o meno.

L'informazione al pubblico non dovrebbe essere finalizzata a promuovere la TOS né a suscitare timori sproporzionati. Ogni decisione terapeutica deve essere infatti presa nell'ambito di un rapporto interpersonale tra la donna e il medico, perché deve tener conto delle specifiche condizioni della donna, delle sue preferenze e priorità.



*La menopausa da un'altra prospettiva*

*7 Dicembre 2019*

# Grazie per l'attenzione