Menopausa: ecco come aumenta il rischio cardiovascolare

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:
El Khoudary SR, Aggarwal B, Beckie TM, Hodis HN, Johnson AE, Langer RD, Limacher MC, Manson JE, Stefanick ML, Allison MA, American Heart Association Prevention Science Committee of the Council on Epidemiology and Prevention; Council on Cardiovascular and Stroke Nursing
Menopause transition and cardiovascular disease risk: implications for timing of early prevention. A scientific statement from the American Heart Association
Circulation. 2020 Dec 22;142(25):e506-e532. doi: 10.1161/CIR.0000000000000912. Epub 2020 Nov 30

Offrire una sintesi aggiornata dei dati esistenti sulla correlazione fra menopausa e rischio cardiovascolare: è questo l'obiettivo del recentissimo documento ufficiale pubblicato dalla American Heart Association (AHA).

Le **patologie cardiovascolari** sono la principale causa di morte nelle donne, soprattutto dopo i 50 anni. Negli ultimi vent'anni, numerosi studi longitudinali hanno contribuito a chiarire le cause di questo dato epidemiologico. Essi, in particolare, hanno documentato in modo inequivocabile il ruolo dei cambiamenti ormonali e dei lipidi sul profilo di rischio post menopausale, e l'importanza di monitorare la salute della donna sin dagli anni dell'età fertile.

Il documento aggiorna le **linee guida** emanate dalla AHA nel 2011, quando non erano ancora disponibili dati clinici oggi consolidati e decisivi. Ciò rappresenta un importante contributo al dibattito di letteratura e uno stimolo al miglioramento della prevenzione.

Le **principali variabili** rilevanti per il rischio cardiovascolare che il documento prende in considerazione sono:
- l'età alla menopausa;
- il tipo di menopausa;
- le fasi della menopausa;
- i livelli estrogenici;
- i sintomi vasomotori;
- i disturbi del sonno;
- la depressione.

Lo studio illustra inoltre:
- i fattori che influenzano **l'età dell'entrata in menopausa**: etnia, storia riproduttiva, peso, salute cardiovascolare premenopausale, attività fisica, alimentazione, consumo di alcol, fumo, genetica;
- i **cambiamenti cardiometabolici** che accompagnano l'entrata in menopausa;
- gli effetti della **terapia ormonale sostitutiva** e degli **stili di vita** sul rischio cardiovascolare;
- gli effetti dell'interruzione delle terapie ormonali.