Ciclo mestruale e pressione arteriosa: un'alleanza positiva per tutta l'età fertile

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano
Dott.ssa Dania Gambini
Dipartimento di Ginecologia e Ostetricia, H. San Raffaele, Milano

"Buongiorno, vorrei sapere quali sono gli effetti del ciclo mestruale sulla pressione arteriosa. Ho notato dei cambiamenti abbastanza significativi, e sono un po' preoccupata... Grazie!".
Gisella P.

La regolazione del ciclo mestruale femminile è relativamente complessa e prevede una cascata di fluttuazioni ormonali che determinano il rilascio di estrogeni, progesterone e relaxina da parte delle ovaie. I cambiamenti nell'assetto endocrino del ciclo mestruale hanno anche un'azione diretta sulle pareti dei vasi arteriosi: è da tempo nota l'azione vasoprotettiva degli estrogeni. E' stata infatti dimostrata la presenza di recettori estrogenici a livello delle cellule muscolari lisce delle arterie coronarie e nelle cellule endoteliali dei vasi sanguigni di vari tessuti. Il legame degli estrogeni con i loro recettori determina la sintesi e il rilascio di ossido nitrico (NO) e prostacicline, sostanze ad azione vasodilatante. Diversi studi scientifici dimostrano come la pressione arteriosa periferica sia sistolica sia diastolica risulti significativamente più bassa durante la tarda fase follicolare del ciclo mestruale, in corrispondenza con il picco preovulatorio di estrogeni circolanti: nulla di allarmante, quindi!
La perdita dell'attività steroidea dell'ovaio con la mancanza di estrogeni influenza poi l'intero assetto emodinamico dell'organismo: durante l'età fertile la pressione arteriosa è inferiore nelle donne rispetto agli uomini; al contrario, dopo i 50 anni, questo rapporto si inverte, con un incremento dell'incidenza di ipertensione e rischio cardiovascolare nella popolazione femminile.