Fibromialgia: la pillola contraccettiva può aiutare

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

"Vorrei sapere se in presenza di una patologia reumatica, come la fibromialgia, è consigliabile assumere la pillola anticoncezionale; e inoltre quanto la sua assunzione può interferire con una sindrome depressiva moderata. Grazie".
Giusy

Gentile amica, la fibromialgia è una sindrome caratterizzata da dolore cronico con un'accentuata sensibilizzazione al dolore, disturbi del sonno, stanchezza e spossatezza, soprattutto mattutina. Colpisce prevalentemente il sesso femminile (l'80-90% dei pazienti è donna).
E' stata dimostrata un'associazione con lo stato ormonale: vi è infatti un peggioramento dei sintomi in fase premestruale e mestruale; inoltre, è stata dimostrata una maggior incidenza di dismenorrea e disturbi dell'umore nelle donne con fibromialgia rispetto ai controlli sani.
La ciclica fluttuazione ormonale tipica del ciclo mestruale espone a una maggiore percezione del dolore nelle donne fibromialgiche. Pur non essendo completamente noti i meccanismi fisiopatologici alla base della fibromialgia, queste evidenze suggeriscono come una terapia estroprogestinica, dunque una pillola anticoncezionale, meglio ancora se in continua (ossia senza pause), possa avere un benefico effetto sia sul controllo del dolore sia sui disturbi dell'umore.
L'assunzione in continua ha dimostrato di ridurre tutte le sindromi a peggioramento mestruale (tra cui cefalea, asma, dolore pelvico cronico, malattie reumatiche, eccetto il LES, sindrome dell'intestino irritabile).
Prima di assumerla, chieda al medico il dosaggio dell'ormone testosterone (totale e libero) e del deidroepiandrosterone, da misurare verso il terzo-quarto giorno del ciclo mestruale. Spesso questi due ormoni, presenti anche nella donna, sono molto bassi nelle pazienti che soffrono di fibromialgia. Poiché questi ormoni hanno un'azione anti-infiammatoria, può essere considerata l'integrazione sotto contraccezione ormonale.
Si tratta di un orientamento non ancora sostanziato da studi controllati e da indicazioni specifiche ("off-label"), ma che può essere considerato dal punto di vista clinico. In positivo, gli studi preliminari finora condotti sull'associazione tra pillole contraccettive e DHEA hanno mostrato un ottimo impatto sull'energia generale, sul desiderio e la sessualità. Un cordiale saluto.