Artrosi: che cosa la provoca, come si cura

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

Sintesi dell'intervista e punti chiave

L'artrosi è un problema che affligge moltissime donne, soprattutto dopo la menopausa: i dati epidemiologici ci dicono infatti che, al giro di boa dei cinquant'anni, il numero delle pazienti affette da questo disturbo cresce rapidamente, sino al triplo della popolazione maschile di pari età. I medesimi sintomi, inoltre, si manifestano anche nelle donne colpite da menopausa precoce spontanea (1% della popolazione) e iatrogena (5.3%), e da menopausa prematura, ossia fra i 40 e i 45 anni (11%). Il problema, però, è stato a lungo sottovalutato, sia perché si tendeva ad associarlo alle inevitabili complicanze dell'invecchiamento, sia perché mancava un dialogo interdisciplinare fra il ginecologo e il reumatologo, che oggi sappiamo essere le due principali figure di riferimento nella cura della malattia.

Quali sono i sintomi e i segni dell'artrosi? Da quali fattori è provocata? Perché, pur essendo un disturbo articolare, ha una rilevanza ginecologica? Che cosa si può fare per curarla?

In questa intervista illustriamo:

- che cosa è l'artrosi: un processo degenerativo che poco per volta distrugge tutte le componenti delle articolazioni;
- i principali sintomi avvertiti dalla donna: dolore articolare; rigidità e difficoltà di movimento; gonfiore e progressiva deformazione delle strutture colpite;
- gli ulteriori segni che il medico può rilevare con una visita accurata: crepitio, calore e instabilità articolare; crescente debolezza muscolare; dolore elettivo alle giunzioni delle articolazioni;
- come il principale fattore predisponente del processo sia la carenza estrogenica conseguente alla menopausa: gli estrogeni sono infatti un importante fattore trofico dell'epitelio che riveste le articolazioni e le loro cartilagini ("sinovia");
- come il dolore articolare sia, per intensità e frequenza, il secondo sintomo accusato dalla maggioranza delle donne in menopausa (dal 58 al 62%, a seconda delle ricerche), subito dopo le vampate di calore;
- altri due importanti fattori predisponenti dell'artrosi: la vulnerabilità genetica, e i traumi accidentali o sportivi;
- il ruolo della terapia ormonale sostitutiva nell'attenuare i sintomi e la progressione della malattia (fino al 60% dei casi, secondo i più recenti studi controllati);
- l'importanza di integrare e potenziare l'azione dei farmaci con il movimento fisico dolce e regolare (che consente alla sinovia – struttura non vascolarizzata – di assimilare le sostanze trofiche e terapeutiche, ed espellere quelle tossiche), un'alimentazione sana e il controllo del peso corporeo.

Â© 2008 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org