

Menopausa e morbo di Alzheimer: il ruolo predisponente della sarcopenia

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:

Farhana F, Sultana MA, Hia RA, Hegde V.

Postmenopausal sarcopenia and Alzheimer's disease: the interplay of mitochondria, insulin resistance, and myokines

Neurosci Biobehav Rev. 2026 Jan;180:106501. doi: 10.1016/j.neubiorev.2025.106501. Epub 2025 Nov 29. PMID: 41325816

Analizzare la correlazione a tre vie fra menopausa, sarcopenia e morbo di Alzheimer, offrendo un quadro meccanicistico integrato che colleghi il declino ormonale, la perdita di massa muscolare e la neurodegenerazione: è questo l'ambizioso e originale obiettivo della review di Fardous Farhana e collaboratori, della Texas Tech University di Lubbock (Stati Uniti).

Con l'aumento dell'aspettativa di vita, i deficit cognitivi come **il morbo di Alzheimer (AD)** pongono gravi problemi agli anziani. Le donne, indipendentemente dall'etnia e dalla fascia d'età, ne sono colpite in misura sproporzionata, rappresentando due terzi dei casi di AD; in particolare, **le donne in post-menopausa** costituiscono oltre il 60% delle persone affette.

La **sarcopenia**, definita come una graduale riduzione della massa muscolare scheletrica, della forza e della funzionalità, è a sua volta sempre più associata a un elevato rischio di declino cognitivo nelle donne in post-menopausa. In questa coorte di pazienti, la patologia è alimentata in particolare dalla perdita di estrogeni e dall'invecchiamento complessivo dell'organismo.

La sarcopenia è caratterizzata da disfunzione mitocondriale muscolare, stress ossidativo e insulino-resistenza. La riduzione della massa muscolare e della capacità funzionale contrasta ulteriormente **la produzione di miochine** (come BDNF e irisina), compromettendo la proliferazione neuronale, la neurogenesi dell'età adulta, l'apprendimento e la memoria spaziale.

Questi cambiamenti fisiopatologici evidenziano quindi, nelle donne in post-menopausa, **un potenziale legame causale** fra sarcopenia e progressione dell'AD.

Lo studio statunitense chiarisce **i meccanismi fisiopatologici** alla base del malfunzionamento dell'asse muscolo-cervello e suggerisce, sulla base delle evidenze attuali, **approcci terapeutici praticabili** per rallentare sia la sarcopenia che il deterioramento cognitivo.

Una sempre più precisa comprensione delle interconnessioni fra menopausa, sarcopenia e funzione cognitive consentirà di definire strategie mirate per migliorare la qualità della vita delle pazienti e ridurre i costi sanitari per questa popolazione in rapida crescita.