Microbiota vulvovaginale e perineale: ruolo dell'igiene intima

Dott.ssa Alice Guarano
Humanitas San Pio X, Milano

Alice Guarano
Microbiota vulvovaginale e perineale: ruolo dell'igiene intima
Corso ECM su "Microbiota, infiammazione e dolore nella donna", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 13 settembre 2023

Sintesi del video e punti chiave

Come altri distretti del corpo femminile, anche la vagina, la vulva e il perineo sono abitati da un microbiota, ovvero un insieme di batteri, funghi e virus che colonizzano uno specifico ambiente e vivono in simbiosi con l'organismo ospite senza danneggiarlo. I microbioti vaginale, vulvare e perineale sono molto diversi fra loro, e uno squilibrio nella loro composizione determina uno stato di disbiosi che espone la donna a infezioni di varia natura. In questo contesto, l'igiene intima gioca un ruolo importante, ma ancora poco studiato a livello scientifico.
In questo video la dottoressa Guarano illustra:
- la differenza tra microbiota e microbioma;
- le peculiari caratteristiche anatomiche e funzionali della vagina;
- che cosa sono i cinque Community State Type (CST), che definiscono le caratteristiche microbiologiche della vagina in funzione delle specie dominanti;
- perché il CST 1, caratterizzato da una predominanza di *Lactobacillus crispatus*, è l'ambiente più eubiotico e dunque più protetto dalle infezioni;
- perché, al contrario, il CST 4 è il sistema meno stabile e più esposto a vaginosi batteriche, vaginiti, candidosi, infiammazioni pelviche, infezioni delle vie urinarie, malattie a trasmissione sessuale, complicanze ostetriche;
- le determinanti individuali, relazionali e sociali del microbiota vulvare e perineale;
- il ruolo specifico dell'assetto ormonale e delle sue variazioni nell'arco della vita;
- i fattori che, oltre alla scarsità di studi su larga scala, impediscono una piena comprensione scientifica dell'impatto dell'igiene intima sugli equilibri microbiologici di questi comparti: influenze culturali, norme rituali e religiose, preferenze personali, tendenza al fai-da-te;
- la grande varietà di prodotti di igiene intima a disposizione delle donne, e i bias di marketing che influenzano le scelte di acquisto e i conseguenti comportamenti;
- alcune pratiche inadeguate in termini di prodotti, modalità di detersione, abbigliamento, uso di tamponi interni e salvaslip, depilazione;
- le raccomandazioni del Royal College of Obstetrics and Gynaecology;
- il contenuto e le indicazioni degli studi Sophy I e II, pubblicati nel 2008;
- una recentissima review sull'igiene intima in puerperio, curata dalla relatrice insieme con Nicoletta Di Simone e Alessandra Graziottin (*Postpartum care: clinical considerations for improving genital and sexual health*. Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol, 2024).

© 2024 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org