Menopausa: i benefici degli ormoni sulla qualitÃ del sonno

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

Sintesi del video e punti chiave

La terapia ormonale sostitutiva (TOS) è preziosa per la qualità del sonno della donna ma anche dell'uomo, perché gli estrogeni e il testosterone sono fondamentali anche per la salute del cervello maschile.

In questo breve video, la professoressa Graziottin illustra:

come nella donna la TOS migliori i sintomi della menopausa, la qualità della vita e la mortalità per tutte le cause, con effetti diretti sul sonno;
in che modo impostare la terapia, a seconda che la donna abbia ancora o non abbia più l'utero;
i vantaggi della somministrazione transdermica dell'estradiolo;
perché nella donna con l'utero, al posto del progesterone bioidentico micronizzato, può essere indicato prescrivere un progestinico;
in quali casi, resistenti alle terapie ormonali, può essere opportuno rivolgersi a uno specialista del sonno.
Video sviluppato in collaborazione con la **Fondazione Alessandra Graziottin Onlus**

Per gentile concessione di **Italpress Agenzia di stampa**

© 2026 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org