Quando l'omocisteina è alta, la pillola è controindicata

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

"Da circa due anni assumo l'acido folico, perché altrimenti avrei un valore troppo alto di omocisteina. Il medico mi ha detto che è una pastiglia che dovrò prendere per tutta la vita, e che in conseguenza di questo non mi è possibile usare la pillola contraccettiva. Volevo sapere se la nuova pillola con estrogeno naturale mi darebbe gli stessi problemi o se potrei prenderla tranquillamente".
Maria Luisa M.

Gentile Maria Luisa, l'iperomocisteinemia di cui soffre (definita, nelle donne, da livelli di omocisteina superiori a 10.1 micromoli/litro) è considerata un fattore di rischio per eventi trombotici a livello cardiovascolare, cerebrovascolare e vascolare periferico. Attualmente non esistono dati certi che spieghino i meccanismi attraverso i quali l'omocisteina provoca un danno a livello vascolare. Si suppone che, a lungo termine, elevati valori plasmatici di omocisteina provochino gravi danni a livello endoteliale (ossia delle cellule che rivestono al parete interna dei vasi, e che sono a contatto con il sangue) fino al punto di causare la trombosi. Alcuni Autori ritengono inoltre che l'omocisteina sia responsabile della riduzione dell'azione dilatante legata all'ossido nitrico endoteliale, dal momento che essa ne antagonizza la sintesi e la funzione; si ritiene anche che l'omocisteina aggravi lo stress ossidativo, ossia i danni tessutali conseguenti alla minore ossigenazione. Un'altra ipotesi prende in considerazione il fatto che l'omocisteina favorisce il proliferare delle cellule muscolari lisce, poste al di sotto dell'endotelio, con aumento di deposito di "zolle" di colesterolo LDL che finiscono per ridurre il diametro del vaso stesso, causando una stenosi, ossia un restringimento che a sua volta può favorire eventi trombotici.
In termini semplici, l'aumento dell'omocisteina può essere una semplice "spia" dell'aumentata vulnerabilità di una persona a fatti trombotici, o essere uno dei fattori che li causa, in modo articolato e con diversi meccanismi di azione. Rappresenta pertanto una controindicazione all'assunzione di terapia estroprogestinica, qualunque sia il tipo di medicinale indicato. In caso di importante rischio trombotico sono controindicate anche le pillole con estradiolo naturale.
Per la sua salute vascolare, le consigliamo:
- di continuare ad assumere regolarmente acido folico, da solo o in associazione con vitamine del gruppo B, per ridurre i suoi livelli basali di omocisteina, monitorandoli nel tempo;
- di verificare anche gli altri fattori di rischio trombotico (fattore V° di Leiden etc.): ne parli con il suo attento medico, se non li avesse già fatti;
- di fare regolare movimento aerobico quotidiano, che costituisce un'eccellente prevenzione cardiovascolare;

- di mantenere un peso corporeo ottimale;
- e, in assoluto, di non fumare.