# Sindrome premestruale: il ruolo dell’assetto ormonale

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

**La domanda**

*La settimana prima del ciclo mi sento gonfia come un pallone, aumento di 3 chili e, per il fastidio, non riesco a portare il reggiseno. Che cosa mi succede?*

**I temi toccati**

<li>Perché questi sintomi non vanno mai trascurati</li><li>Come il gonfiore e il senso di tensione al seno siano dovuti alla crescita dei livelli di prolattina, che prepara la donna all’allattamento e che tende ad aumentare anche in condizioni di stress</li><li>La cascata di eventi biochimici che, a partire dallo stress e attraverso l’aumento dei livelli di cortisolo, determina neuroinfiammazione, alterazioni ormonali, tendenza a un’alimentazione scorretta, disbiosi intestinale e una maggiore vulnerabilità alla mastodinia</li><li>L’importanza di finalizzare la terapia alla correzione dell’assetto ormonale, anche attraverso corretti stili di vita</li>*Per gentile concessione di Italpress - Focus Salute*

© 2025 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org 