

Menopausa: fino a quando posso fare la terapia ormonale sostitutiva locale?

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Sono in menopausa da molti anni, con pesanti sintomi a livello genitale. La mia ginecologa non mi ha voluto dare nessuna terapia ormonale, nemmeno a livello locale. Che cosa posso fare?».

Gentile amica, ho una buona notizia per lei e per tutte le donne nella sua stessa situazione. La terapia ormonale genitale può essere fatta:

indipendentemente dal numero di anni trascorsi dall'inizio della menopausa, in assenza di controindicazioni maggiori;anche in caso di pregresse trombosi o tromboflebiti, perché queste patologie non controindicano la terapia locale, neppure a distanza di anni dall'entrata in menopausa. Quindi, anche sul fronte delle trombosi pregresse, brilla un bel semaforo verde per la terapia locale a ogni età.

Come può essere fatta?

La terapia ormonale locale può essere somministrata in vagina e sulla vulva.

In vagina si possono utilizzare:

estrogeni: estradiolo, estriolo o promestriene, in capsule da inserire con un apposito applicatore, oppure in crema o in ovuli;prasterone: DHEA sintetico, in ovuli vaginali.Sulla vulva e in vagina è invece indicato il testosterone, che migliora:

il microbiota vaginale e vulvare;la salute di cute e mucose;la risposta sessuale e la salute vescicale, così da ridurre sia la vulnerabilità alle cistiti sia l'urgenza minzionale.

Quali sono gli obiettivi della terapia ormonale locale?

La terapia locale vaginale, nel giro di tre-sei mesi, aiuta a migliorare il trofismo dei tessuti e delle mucose, l'eubiosi vaginale, la lubrificazione, l'eccitazione, la qualità dell'orgasmo e la salute vescicale.

Attenzione: in caso di dolore all'inizio della penetrazione, è possibile che sia molto contratto il muscolo che chiude in basso il bacino, ossia l'elevatore dell'ano, che in condizioni di iperattivazione restringe l'entrata vaginale. In tal caso è necessaria prima di tutto una specifica fisioterapia eseguita da una fisioterapista o un'ostetrica competenti sui disturbi del pavimento pelvico. Fisioterapia anzitutto, non altre cose!

La terapia locale vulvare potenzia soprattutto la salute della vulva, contrastando la progressiva

atrofia dei tessuti e l'insorgenza del lichen sclerosus, una patologia autoimmune che provoca anche molto prurito notturno. E fa ritrovare il "profumo di donna", perché un microbiota più sano attiva i precursori dei feromoni.

Quali controindicazioni restano valide per la terapia ormonale locale?

Principalmente due:

i tumori ormono-dipendenti della mammella, una controindicazione che resta attiva per tutta la vita;i tumori ginecologici (utero, ovaie, tube), per i quali la controindicazione dura 5 anni: dopo tale data la donna è considerata completamente guarita, e può quindi iniziare con serenità la terapia ormonale sia locale sia sistemica.

In sintesi

Le terapie ormonali locali possono essere iniziate, con saggia gradualità, fino a cent'anni. E possono proseguire senza limiti di tempo, se non compaiono le controindicazioni di cui abbiamo parlato, e sempre con una rivalutazione clinica periodica da parte del ginecologo di fiducia.

Nel prossimo post affronteremo il più delicato tema dell'inizio tardivo della TOS sistemica (ossia per bocca, transdermica o intrauterina), e vedremo come orientarci fra linee guida e saggezza clinica.

Bibliografia

Approved Drug Products with Therapeutic Equivalence Evaluations, Orange Book, U.S. Food and Drug Administration

Crandall CJ, Mehta JM, Manson JE. Management of Menopausal Symptoms: A Review. JAMA. 2023 Feb 7;329(5):405-420. doi: 10.1001/jama.2022.24140. PMID: 36749328

Genazzani AR, Monteleone P, Giannini A, Simoncini T. Hormone therapy in the postmenopausal years: considering benefits and risks in clinical practice. Hum Reprod Update. 2021 Oct 18;27(6):1115-1150. doi: 10.1093/humupd/dmab026. PMID: 34432008

Hickey M, LaCroix AZ, Doust J, Mishra GD, Sivakami M, Garlick D, Hunter MS. An empowerment model for managing menopause. Lancet. 2024 Mar 9;403(10430):947-957. doi: 10.1016/S0140-6736(23)02799-X. Epub 2024 Mar 5. PMID: 38458214
Pinkerton JV. Hormone Therapy for Postmenopausal Women. N Engl J Med. 2020 Jan 30;382(5):446-455. doi: 10.1056/NEJMcp1714787. PMID: 31995690
Schweitzer K. New Analysis of Women's Health Initiative Data Aims to "Clear the Air" Over Menopausal Hormone Therapy. JAMA. 2025 Oct 21;334(15):1318-1320. doi: 10.1001/jama.2025.14187. PMID: 40971177

ATTENZIONE: Questi approfondimenti NON costituiscono indicazioni terapeutiche individuali. Hanno l'obiettivo di migliorare la cultura sulla salute in modo scientifico, così da ottimizzare il dialogo, rispettoso e costruttivo, con il medico di fiducia. Solo il medico ha titolo, ruolo e responsabilità per diagnosi e cura della singola persona.