

LA MALATTIA PATOLOGIA POCO CONOSCIUTA CHE PARTE DALL'INTERNO DELL'UTERO E PUÒ DISSEMINARSI ALTROVE. LE BUONE PRASSI DA SEGUIRE

Endometriosi, quei dolori trascurati e la diagnosi che arriva troppo tardi

Puglia, colpite 860 donne all'anno. Rischio familiarità 7 volte maggiore

di NICOLA PEPE

Una malattia spesso scoperta tardi quando il danno è ormai bello e fatto. Colpisce anche le giovanissime, spesso è latente e la diagnosi arriva anche a distanza di 7 anni dalla comparsa di sintomi evidentemente trascurati. Poco conosciuta e difficilmente riconoscibile, l'endometriosi è una malattia che in Italia colpisce 3 milioni di donne, poco più di 8mila in Puglia negli ultimi 10 anni. Tale patologia infiammatoria rappresenta per chi ne soffre un vero e proprio calvario, tant'è che è stata codificata tra le patologie invalidanti negli stadi clinici più avanzati («moderato o III grado» e «grave o IV grado») riconoscendo il diritto all'esenzione di alcune prestazioni specialistiche.

LA MALATTIA - Cosa è l'endometriosi? Per comprendere il meccanismo di tale patologia, va detto prima di tutto che l'utero si divide in tre parti: il rivestimento esterno, detto perimetrio; il miometrio, cioè il muscolo o quella che potremmo definire la «culla di carne»; e, infine, l'endometrio che si trova all'interno del miometrio. L'endometrio è una mucosa che si «attiva» sotto lo stimolo ormonale.

L'endometriosi, quindi, si verifica con l'uscita dell'endometrio dalla sua sede naturale, quindi con il passaggio, causato dalle contrazioni uterine che avvengono durante la mestruazione, di suoi frammenti, dall'utero nelle tube e da queste in addome, con impianto sul peritoneo e sulla superficie degli organi pelvici, raramente su fegato, diaframma, pleura e polmone.

Come rivelano le elaborazioni fatte dal Ministero, l'endometriosi presenta un picco di incidenza tra i 25 e i 35 anni, anche se ormai è sempre più frequente un aumento di casi fra le giovanissime e le adolescenti. È proprio durante l'adolescenza che insorgono i primi sintomi, talvolta trascurati: la malattia può manifestarsi infatti con la comparsa della prima mestruazione e accompagnare la donna sino alla menopausa.

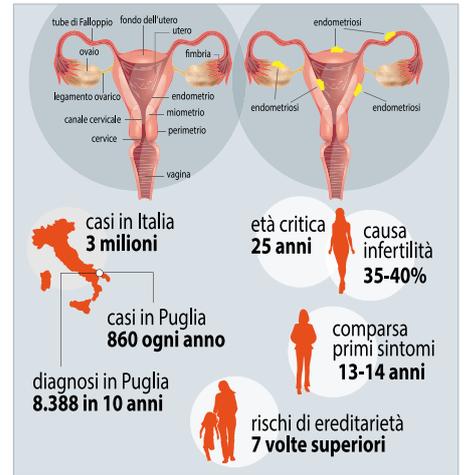
ICASI DI EREDITARIETÀ - Talvolta, non è solo sollecitata dalla stimolazione ormonale, ma anche da un sistema immunitario «debole» che consente lo sviluppo di uno stato infiammatorio che vede il principale sintomo dei dolori. Inoltre, in base agli studi scientifici, le donne che hanno la madre o una sorella affette da endometriosi hanno un rischio di svilupparla sette volte maggiore rispetto ad altre. La diagnosi fatta in tempo può consentire di migliorare la qualità della vita e prevenire l'in-

fertilità (35-40% dei casi). Per tale ragione è indispensabile il ruolo del medico di medicina generale o i ginecologi per gli input ad approfondimenti strumentali, quale l'ecografia, per una diagnosi corretta, oppure step successivi in caso di presenza di sintomi».

PUGLIA, 9 CASI OGNI 10MILA DONNE - I dati della Regione Puglia registrano una casistica

che si attesta al di sopra degli 800 casi all'anno con un decremento registrato nel 2020 (630) a causa della pandemia che ha limitato le diagnosi. In base ai numeri, ogni anno sono diagnosticati in Puglia 9 casi ogni 10mila donne di endometriosi, riferito che spesso arriva dopo un percorso il più delle volte vissuto con gravi ripercussioni psicologiche per la donna. La Puglia, in linea con un progetto

avviato a livello nazionale sulla base di una norma introdotta da due anni, sta partecipando insieme ad altre regioni a un progetto di ricerca che mira a studiare il fenomeno «nella sua distribuzione geografica e temporale». Infatti l'endometriosi - le cui cause restano ancora ignote - potrebbe essere legata allo stile di vita motivo per cui va considerata una malattia sociale.



Prof. Filippo Maria Boscia (nella foto), ginecologo e andrologo. Nell'endometriosi, il fattore ambientale può avere un ruolo?

«Certamente, ci sono prove che l'esposizione cronica alle diossine possono avere un ruolo e le spiego come non corretti stili di vita e abitudini alimentari sono determinanti. In Belgio, all'Università cattolica di Lovanio, un'indagine ha rivelato una elevata incidenza di casi di endometriosi, attribuibile a tre coincidenze: il paese era il principale produttore di bovini, quindi di latte, dove avevano riscontrato frazione di estrogeni, ma anche nella carne e ciò in relazione all'alimentazione di bovini. Infine si faceva diagnosi precoce con laparoscopia».

Addiritura con un esame invasivo?
«L'endometriosi presenta alcune caratteristiche compatibili con quelle di una neoplasia: ciò che incontra distrugge, quindi più tempo passa e più c'è il rischio che si aggravi. L'endometriosi è una malattia sistemica e non solo di organo e presenta anche familiarità».

C'è una sottovalutazione?
«Spesso quando una ragazzina riferisce dolore durante la prima mestruazione si tende a dire "è normale, passerà". E' quanto di più sbagliato si possa fare perché un approccio di tal tipo rischia di provocare danni evolutivi irreversibili».

Come fare una buona diagnosi?
«Ai primi dolori potrebbe servire una buona anamnesi, una visita specialistica, una ecografia addomino-pelvica. Nella persistenza di sintomi bisogna passare a

IL GINECOLOGO STUDIO IN BELGIO HA EVIDENZIATO COINCIDENZE CON STILI DI VITA

«Attenzione alle giovanissime la patologia provoca infertilità»

Il prof. Boscia: occhio ai sintomi alla prima mestruazione

step successivi, ad esempio ad una RMN. Una caratteristica dell'endometriosi è disseminarsi in diverse parti del corpo, non solo nella zona pelvica, ma anche nell'ampia area addominale. Sono descritti casi di localizzazione polmonare, pleurica e persino casi di endometriosi delle ghiandole lacrimali (4 nel mondo)».

Con le ragazzine, com'è l'approccio?
«Benché sia spesso difficile per le teenager discutere dei propri problemi mestruali è ovvio che si debba prestare maggiore attenzione ai loro sintomi per una diagnosi, e cura, precoce».

Le gravidanze in età avanzata possono comportare un problema?

«Ogni donna, alla nascita, ha un patrimonio di circa mezzo milione di ovociti: di questi solo 500 andranno a maturazione (37 anni di prevista fecondità x 13 ovulazioni l'anno). Con il passare degli anni questo patrimonio già di per sé si depleta e, quando v'è endometriosi sconosciuta o irrisolta, la progressiva distruzione di questa riserva può essere grave, soprattutto se la malattia giunge a stadi avanzati».

Come trattare la malattia?
«Innanzitutto farmacologicamente: con pillola a prevalenza progestinica (Danazolo, Gestrinone) o con estrogeni e progestinici o con terapie più avanzate (analoghi dell'LHRH). In ultima analisi con interventi chirurgici mininvasivi laparoscopici o con interventi di chirurgia maggiore. Attenzione! La chirurgia non va vista come soluzione definitiva o risolutiva perché, come già detto, l'endometriosi può essere invasiva e va quindi trattata e monitorata come un tumore. Richiede controlli periodici, le sue cellule potrebbero annidarsi anche dove meno ci si aspetta».

«Ogni donna, alla nascita, ha un patrimonio di circa mezzo milione di ovociti: di questi solo 500 andranno a maturazione (37 anni di prevista fecondità x 13 ovulazioni l'anno). Con il passare degli anni questo patrimonio già di per sé si depleta e, quando v'è endometriosi sconosciuta o irrisolta, la progressiva distruzione di questa riserva può essere grave, soprattutto se la malattia giunge a stadi avanzati».

Come trattare la malattia?
«Innanzitutto farmacologicamente: con pillola a prevalenza progestinica (Danazolo, Gestrinone) o con estrogeni e progestinici o con terapie più avanzate (analoghi dell'LHRH). In ultima analisi con interventi chirurgici mininvasivi laparoscopici o con interventi di chirurgia maggiore. Attenzione! La chirurgia non va vista come soluzione definitiva o risolutiva perché, come già detto, l'endometriosi può essere invasiva e va quindi trattata e monitorata come un tumore. Richiede controlli periodici, le sue cellule potrebbero annidarsi anche dove meno ci si aspetta».

L'ESPERTO RISPONDE UNA PUBBLICAZIONE DELLA UNIVERSITÀ USA. INTANTO ECCO COME DONARE IL RIDUCE IL RISCHIO DI CARDIOPATIE E COLESTEROLEMIA,

«Se mangiare cavoli è una difesa in più contro il Covid»

Studio di Baltimora: contengono sulforafano, antivirale nemico dei coronavirus. Donare il sangue? Fa bene

di NICOLA SIMONETTI

È vero che i cavoli proteggono dal cancro e da altre malattie? Come vanno mangiati?

«Un broccolo al giorno toglie il Covid (e il raffreddore)...? Se lo chiede **James Brando** (https://www.baltimorejournal.com) riferendo i risultati della ricerca condotta dalla microbiologa **Lori James Brando** e coll. dell'Università Johns Hopkins di Baltimora, pubblicati su *Nature Communications Biology* (23.3). «Noi abbiamo scoperto - dice il dr **Alvaro Ordonez** (il autore di 15) - che il sulforafano, abbondante nei cavoli, è antivirale contro i coronavirus HCoV-OC43 e SARS-CoV-2 e aiuta anche a controllare la risposta immunitaria. Questa attività multifunzionale lo rende un composto interessante da usare contro infezioni virali, così come quelle causate da altri coronavirus umani».

I cavoli sono «alimenti funzionali». Tutte le varietà, specie le parti color verde scuro, contengono: quantità significative di sali minerali (fosforo, calcio, ferro, magnesio, potassio, ecc), vitamine (C, B2, B9, PP, K9), polifenoli dall'alto potere antiossidante contro i radicali li-

berali, che si oppongono alle malattie degenerative (cardio-circolatorie, diabete, tumori, Alzheimer...), all'invecchiamento cellulare e depressione del sistema immunitario. In particolare, vi sono i fitosteroli e, più che in qualsiasi vegetale, un elevato contenuto di sostanze glucosinolate con straordinaria attività anti-cancerogena. Parola della prof. **Stra Dell'Erba**, già primario medico-nucleare del Di Venere, laureata in medicina e chirurgia e in agraria (incontro scientifico di «Ciboacculturarsi» (presid. Prof. **Pasquale Montemrro**).

Il prof. **Umberto Veronesi** aveva detto (2005) l'«indolo-tre-carbinolo, presente nei cavoli è potente scudo contro alcuni tumori femminili ed altri maschili. I cavoli sono utili per salute e longevità. Verdure poco costose che andrebbero mangiate tutti i giorni... ma non a tutti piacciono, forse per l'odore che essi chiamano puzza».

Le principali specie di Brassicaceae - dice il prof. **Vittorio Marzi**, già ordinario di agronomia generale univ. Bari - utilizzate nell'alimentazione umana sono 16, che si differenziano per l'organo della pianta usato, sia per la modalità della preparazione culinaria (insalate, cotte con i diversi tipi di pasta fresca o in minestre). Un regime alimentare che preveda 3-4 porzioni di broccoli alla settimana, tra l'altro, è sufficiente a proteggere dai polipi

intestinali, ridurre il rischio di cataratta e degenerazione maculare. I cavoletti di Bruxelles si accreditano per aumentare la fertilità in uomini e donne, per ridurre il rischio di aborti spontanei ed i difetti congeniti.

La donazione di sangue può far male a chi dona?
No, al contrario. Diverse ricerche dimostrano che: ridurre il rischio di cardiopatie e colesterolemia, attiva il metabolismo, è l'occasione per un controllo periodico del proprio stato di salute generale, un appuntamento utile con specialisti ed i loro consigli a parte l'accrescimento dell'autostima, l'assolvimento di un gesto di generosità, di solidarietà che acquieta le coscienze e fa percepire il senso di salvare vite altrui. Ogni donazione è preceduta da colloquio con gli specialisti e controllo dei parametri principali dello stato di salute. Donare una-due volte l'anno - ha detto all'incontro medico-scientifico organizzato dall'Università terza età di Noci (presid. Prof. **C. Putignano**) il dr **Angelo Ostuni**, dir. medicina trasfusionale del Policlinico Bari - non crea rischio alcuno. La diffusa non conoscenza di queste nozioni tiene lontani molti dal compiere questo gesto di elevata sensibilità sociale che fa bene a chi riceve ma, forse, a chi dona.

Rivolgete le vostre domande al nostro esperto inviando una mail a: monografiche@gazzettamezzogiorno.it

TUTTI GLI APPUNTAMENTI

lunedì
VITA
su STRADA

Appuntamento con auto e motori: una finestra sulla mobilità

martedì
TECNOLOGIE

Il mondo digitale: computer, smartphone, tablet, videogiochi

mercoledì
In SALUTE

Star bene: prevenzione, diagnosi e cura

giovedì
VERSO
la META

Compagni di viaggio: itinerari e luoghi da scoprire

venerdì
TOUR
del GUSTO

Food ed enologia: luoghi, tendenze e tradizioni

sabato
DIRITTO
e DIRITTI

Focus su norme, sentenze e regolamenti

domenica
STORIE
a 4 ZAMPE

Il mondo degli animali domestici