



**8° CONGRESSO
NAZIONALE ROI**

VERONA 16-18 GIUGNO 2023

**OSTEOPATIA E SALUTE
NELLE DIVERSE ETÀ DELLA VITA**



- **La salute e il benessere delle donne in menopausa**
- **Un approccio multidisciplinare**

Dssa Stefania Piloni
Medico specialista in ginecologia e ostetricia
Docente di Fitoterapia, università di Milano

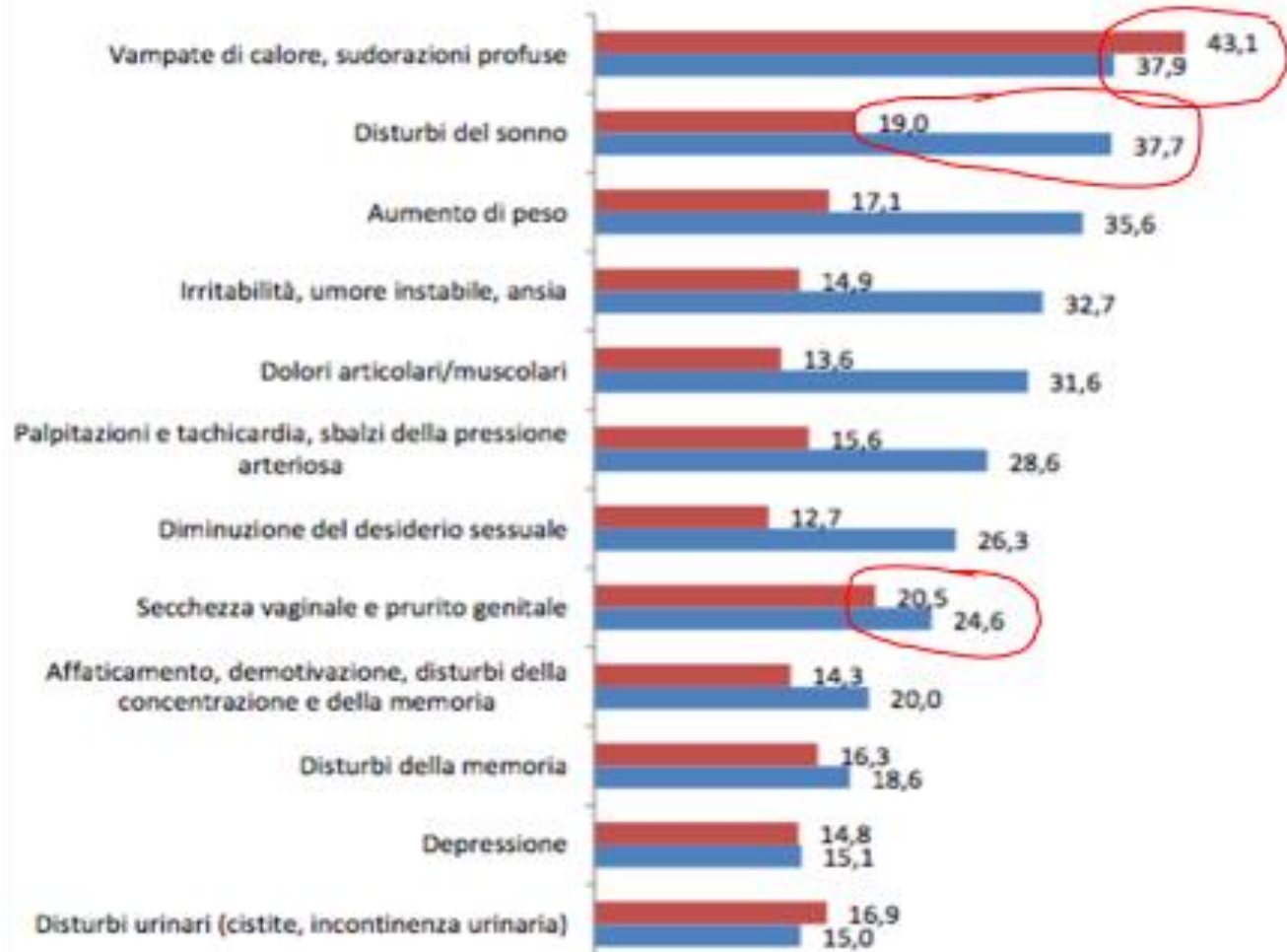




Menopausa, l'ultimo passaggio mestruale

In quest'area:
affinità embriologiche
contiguità anatomica
intenzioni di tipo
endocrino e funzionale
**analogie a livello simbolico
legano infatti tra loro
funzioni urinarie
riproduttive e sessualità**



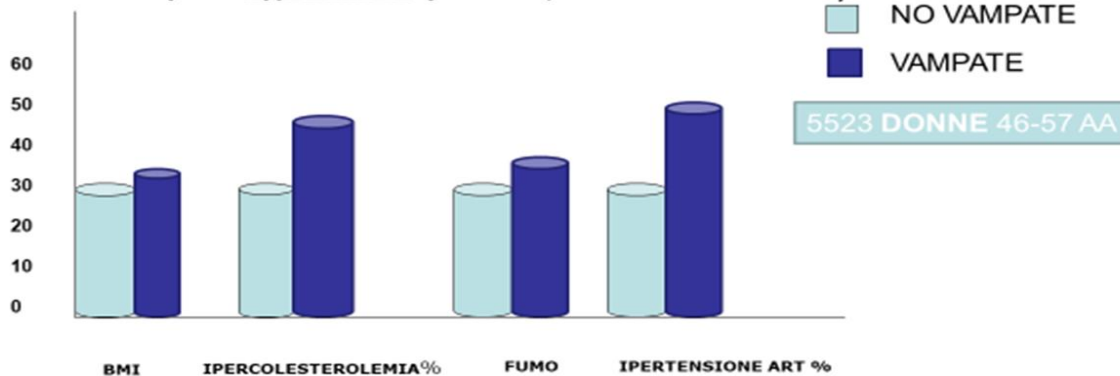


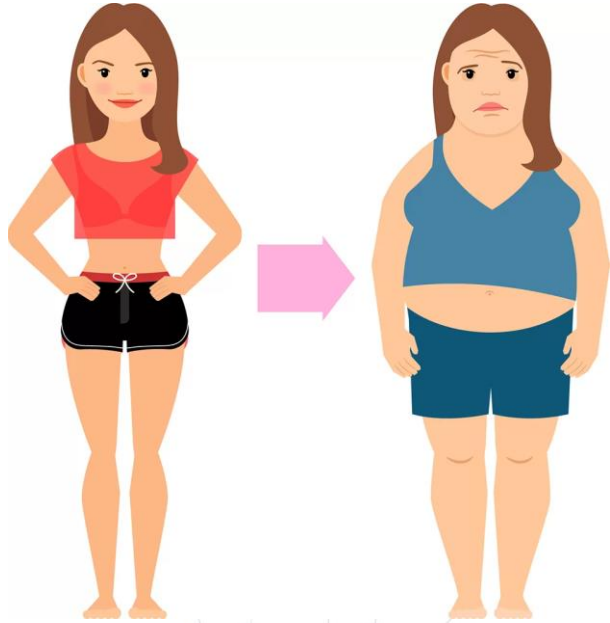
Menopausal complaints are associated with cardiovascular risk factors.

[Gast GC1, Grobbee DE, Pop VJ, Keyzer JJ, Wijnands-van Gent CJ, Samsioe GN, Nilsson PM, van der Schouw YT.](#)

[Hypertension. 2008 Jun;51\(6\):1492-8.](#)

Women with complaints of flushing had a 0.27-mmol/L (95% CI: 0.15 to 0.39) higher cholesterol level, a 0.60-kg/m² (95% CI: 0.35 to 0.84) higher BMI, a 1.59-mm Hg (95% CI: 0.52 to 2.67) higher systolic blood pressure, and a 1.09-mm Hg (95% CI: 0.48 to 1.69) higher diastolic blood pressure compared with asymptomatic women. Flushing was also associated with hypercholesterolemia (odds ratio: 1.52; 95% CI: 1.25 to 1.84) and hypertension (OR: 1.20; 95% CI: 1.07 to 1.34).





Definizione di Sindrome Metabolica

Caratteristiche

Obesità

NCEP ATP III

Circonferenza alla vita
>102 cm negli uomini e
> 88 cm nelle donne

Valori pressori

Terapia antipertensiva
e/o PA > 130/85 mmHg

Dislipidemia

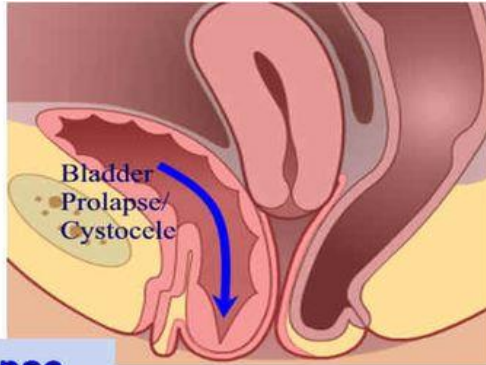
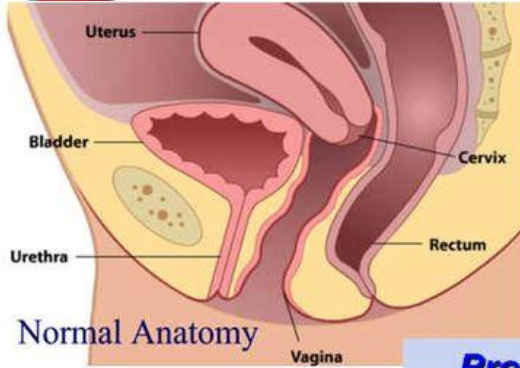
Trigliceridi > 150 mg/dL,
colesterolo HDL < 40 mg/dL negli
uomini e < 50 mg/dL nelle donne

Glicemia

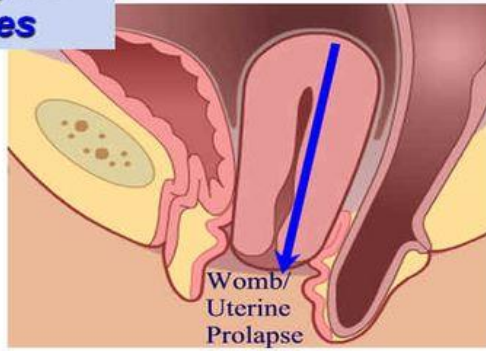
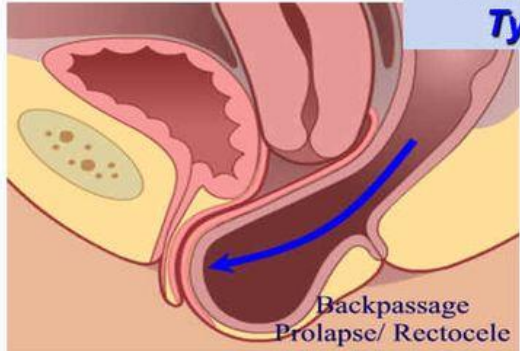
Glicemia a digiuno > 110 mg/dL

Per la diagnosi

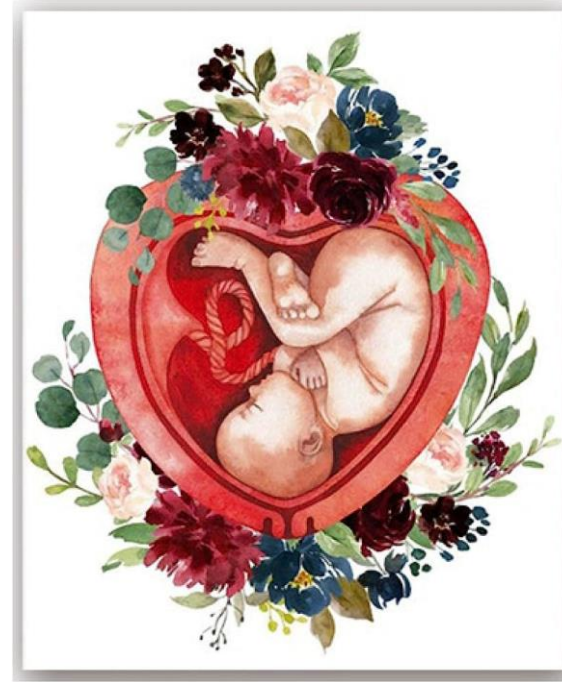
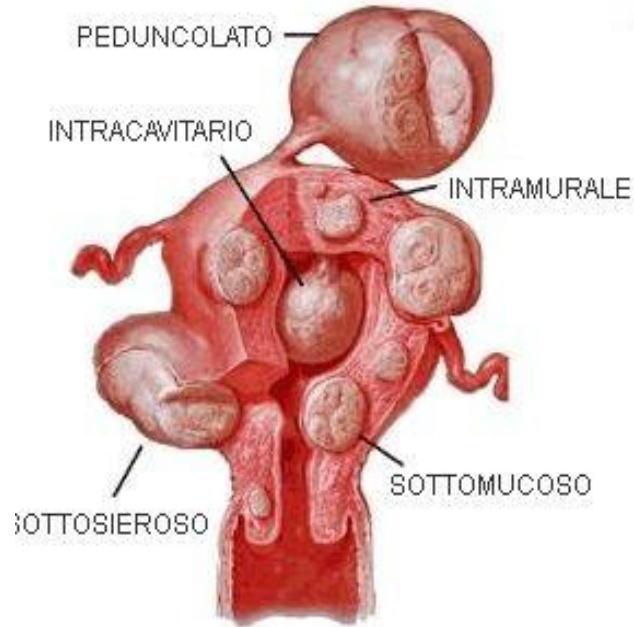
3 criteri



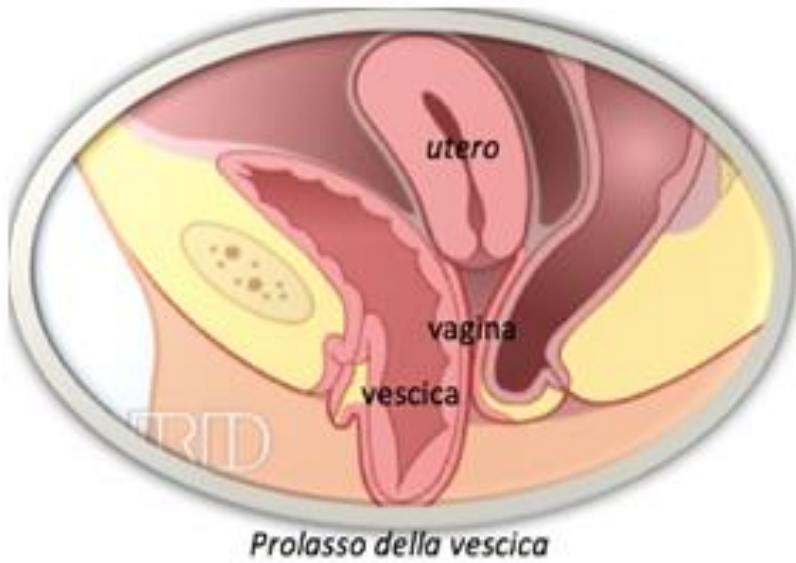
Prolapse Types



Utero anatomico e simbolico



incontinenza urinaria



Fattori che comportano lo sviluppo della cistite dopo i rapporti

**Preliminari insufficienti
o scarsa lubrificazione**

**Esposizione a sostanze
chimiche**

Rapporto sessuale

Abitudini igieniche

**Batteri già presenti in vescica
o nella flora fecale**

Atrofia vaginale

Il colloquio e l'incontinenza urinaria

- 1) Quante volte fai pipì durante le 24 ore?
- 2) Quante volte durante il giorno?
- 3) Quante volte ti svegli durante la notte per andare in bagno ad urinare?
- 4) Quante volte senti un forte ed improvviso bisogno di urinare che hai paura di non controllare o che controlli con molta difficoltà?
- 5) Ti capita di avere perdite di urina durante una risata, un colpo di tosse, uno starnuto, un salto, una corsa, sollevando un peso?
- 6) Quando non riesci a trattenerti, quanta urina perdi?
- 7) Da quanto tempo soffri di questi sintomi?
- 8) In questo periodo stai prendendo dei medicinali legati a questi problemi (includi sostanze e prodotti che non richiedono ricetta medica)?
- 9) Utilizzi salvaslip, assorbenti, pannolini o altro mezzo? Quante volte lo sostituisci durante la giornata?

RICERCHE: circa il 30% : 1 donna su 3.

Tre ricerche in grado di fornire una dimensione quantitativa al problema:

* **Italiana**, condotta nel 1980 da C. Cagnazzo e C. Orlandi, che condusse alla evidenza che il 35% delle primigravide ed il 38% delle pluripare manifestano problemi di IU



cistite post coitale/atrofia genitale

Fattori che comportano lo sviluppo della cistite dopo i rapporti

**Preliminari insufficienti
o scarsa lubrificazione**

**Esposizione a sostanze
chimiche**

Rapporto sessuale

Abitudini igieniche

**Batteri già presenti in vescica
o nella flora fecale**

Atrofia vaginale

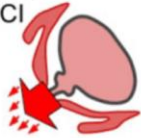


Gli esercizi di **Kegel**:



1 - CONTRAI I MUSCOLI PELVICI

2 - DECONTRAI I MUSCOLI PELVICI



CONTRAI I MUSCOLI PELVICI PER 10 SECONDI

RILASCIALI PER 10 SECONDI

RIPETI L'ESERCIZIO PER 10 - 20 VOLTE

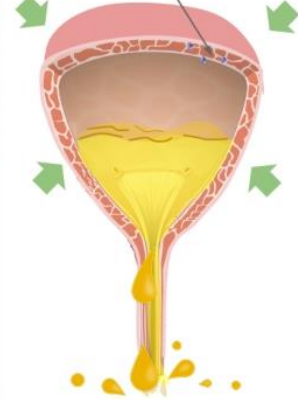
ESEGUILI OGNI GIORNO

Vescica iperattiva:

In condizioni normali il muscolo detrusore si contrae, sotto il controllo di centri nervosi siti nel cervello, e consente il riempimento e lo svuotamento della vescica.

Nella vescica iperattiva viene meno (per cause non ben note) questo controllo. Il muscolo detrusore si contrae involontariamente e determina un'urgenza di urinare anche quando la vescica non è piena.

Muscolo detrusore



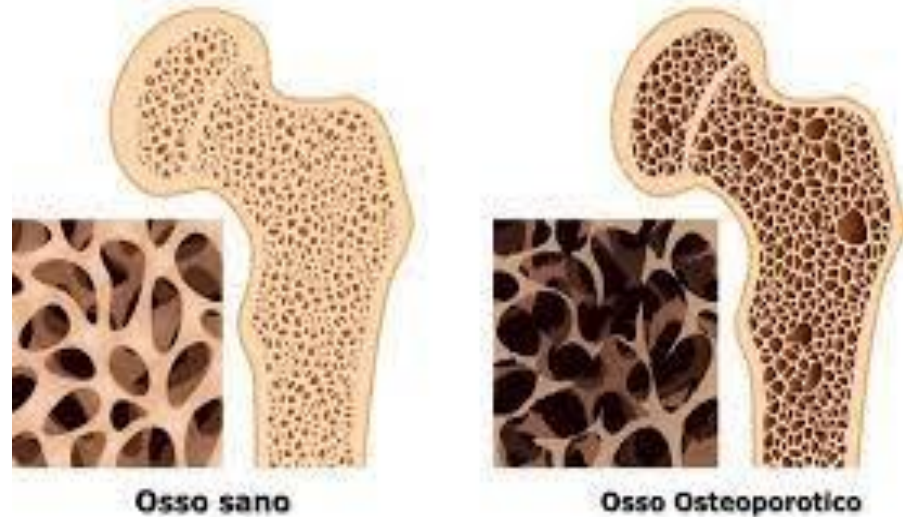
- Climacteric . 2015 Feb 18.
- **Association between consultations with complementary/alternative medicine practitioners and menopause-related symptoms: a cross-sectional study**
- **Methods:** 10 011 women aged 59-64 years from the Australian Longitudinal Study on Women's Health, conducted in 2010. Women, including those with hysterectomy, oophorectomy and natural menopause, were asked about their consultations with a range of CAM practitioners and menopause-related symptoms experienced.
- **Chiropractors/osteopaths were more likely to be consulted by women across all menopausal status **experiencing back pain** (OR = 2.52, 2.31 and 2.25 for women with oophorectomy, hysterectomy and natural menopause, respectively).**

Dolore articolare e menopausa

- Il **50% delle donne** in menopausa lamenta dolori muscolari e scheletrici, artralgia o dolore articolare e artrite
- L'incidenza è maggiore tra i **45 e i 55 anni**, quindi in pre-menopausa.
- Tali manifestazioni sono state associate ad alterazioni della percezione del dolore e modifiche strutturali di muscoli e articolazioni, ovvero:
 - **Sarcopenia** o perdita di massa muscolare;
 - **Alterazioni dei tessuti molli di tendini e legamenti**;
 - Diminuzioni del volume delle cartilagini;
 - **Osteoporosi**
- Aumento dell'infiammazione a livello articolare e muscolare che rende difficoltoso il movimento.
- Fibromialgia ed artralgia sono spesso presenti come sintomo secondario ad altri come stanchezza, la tensione e le alterazioni ossee.

- la frattura del collo del femore
- principale causa di malattia e mortalità
- 90% delle fratture avviene dopo i 70 anni
- 12-20% morte a un anno dalla frattura
- 50% perdita di autosufficienza
- 30% recupero di funzionalità

OSTEOPOROSI



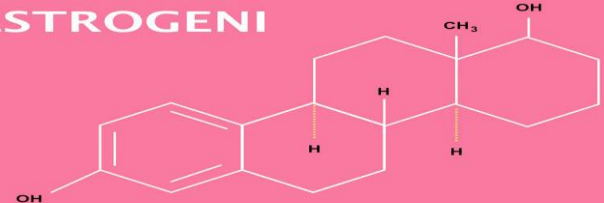
Estrogeni e dolore osseo

- E' stata rilevata la **presenza di recettori degli estrogeni** su cartilagine, osso subcondrale, sinovia, muscoli e tendini; ormoni che **diminuiscono** il rischio di osteoartrite e di operazione all'anca, **il dolore articolare** e il rischio di recidive del 40%.
- Studiando nel dettaglio gli effetti degli estrogeni su dolore e infiammazione, si sarebbero distinti **2 meccanismi d'azione in caso di dolore muscolare e articolare** in menopausa:

1. Inibiscono la **percezione del dolore**;
2. Hanno un **effetto antinfiammatorio diretto** del dolore su ossa e cartilagini.



ESTROGENI



nevralgia del nervo pudendo

Fattori Predisponenti e/o Aggravanti

Compressione del nervo pudendo da parte di muscoli o tessuti vicini;

Seduta prolungata, uso eccessivo della bicicletta o stitichezza (di solito per mesi o anni): possono causare danni lievi, ma ripetuti, alla zona pelvica;

Intervento chirurgico alla zona pelvica;

Frattura del bacino;

Danno al nervo pudendo durante il parto: la nevralgia del pudendo può essere una condizione secondaria al parto;

Presenza di masse benigne o tumorali che premono sul nervo pudendo.

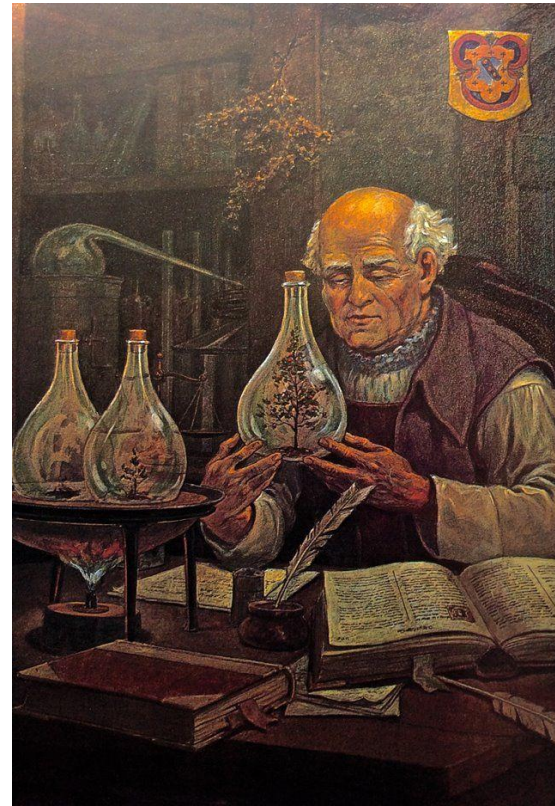
Possono concorrere a scatenare la nevralgia del pudendo anche:

Sforzi fisici eccessivi, come alzare un peso da terra;

Interventi per la cura delle emorroidi;

Herpes genitale.

- La percentuale di donne affette da dolore pelvico cronico tra i 18 e i 70 anni: 3.8%-40%.
- Il tempo medio di diagnosi di una sindrome dolorosa pelvica cronica è di circa 4 anni (variabile tra 1 e 12 anni) •
- Mediamente vengono consultati 8 specialisti
- **Vengono prescritti farmaci sintomatici che vanno dal paracetamolo alla morfina**
- Aumento casi di depressione rispetto alla popolazione generale.





Equisetum Arvense

- I **principi attivi** presenti nell'**equiseto** sono: [silice](#) (il 10% passa come acido silicico nelle tisane), [calcio](#), [magnesio](#), [potassio](#), saponina (equisetonina), glucosidi flavonici, piccole quantità di alcaloidi e tannini.
- **metabolismo dell'osso**: favorisce la remineralizzazione del sistema osteo-articolare e dei tessuti duri come unghie e capelli.
- **di fragilità delle unghie-capelli**, perdita dei capelli, alopecia, osteoporosi, accrescimento scheletrico degli adolescenti, postumi di fratture, artrosi (grazie all'azione che esercita sia sulla cartilagine articolare, sia sul tessuto osseo) e le tendiniti (migliora l'elasticità dei tendini).
- L'equiseto, o coda cavallina, è inoltre diuretico per cui è consigliato nel trattamento dell'**eliminazione di scorie metaboliche**.
- Inoltre è **capilloprotettore** per la sua azione astringente sui vasi sanguigni, utile contro la fragilità capillare. La **proprietà cicatrizzante** lo rende un ottimo riparatore tissutale e quindi è impiegato in campo cosmetico nella preparazione di prodotti contro smagliature, rughe e cellulite.



STEFANIA PILONI
LE PIANTE
CI PARLANO

Entrare in sintonia con
il linguaggio segreto della natura
per ritrovare se stessi

Prefazioni di
Franco Berrino ed Enrica Bortolazzi



VALLARDI



Grazie per l'attenzione