

# CENTRO DI FITOTERAPIA AOU CAREGGI

## Menopausa iatrogena e medicine complementari: approccio integrato nella gestione dei sintomi

*In questo contesto la medicina integrata, e nello specifico la fitoterapia, è uno strumento prezioso, capace di offrire soluzioni multimodali volte a migliorare il benessere psicofisico, affrontando i sintomi vasomotori e neurovegetativi, le alterazioni dell'umore, i disturbi del sonno e le ripercussioni sulla salute genitourinaria e sessuale*

**L**a menopausa iatrogena è definita come la cessazione dell'attività ovarica conseguente a trattamenti oncologici chirurgici, farmacologici o radioterapici, oppure a interventi profilattici, come l'annessiectomia bilaterale, eseguiti in presenza di un aumentato rischio genetico di neoplasie, in particolare carcinoma ovarico e mammario (ad esempio, in portatrici di mutazioni BRCA1/2).

### Incremento dei casi

Negli ultimi anni si è osservato un incremento significativo dell'incidenza di menopausa iatrogena, che spesso si manifesta in età relativamente precoce, specialmente nelle pazienti trattate per carcinoma mammario. Parallelamente, si assiste alla nascita di una nuova popolazione di giovani donne non oncologiche che sviluppano menopausa precoce in seguito ad annessiectomia profilattica motivata da predisposizione genetica.

Sebbene nelle donne affette da neoplasia l'obiettivo primario rimanga il trattamento della patologia tumorale, negli ultimi anni si è posta una crescente attenzione anche alla qualità di vita di queste pazienti.

La soppressione della funzione ovarica, specie in giovane età, comporta un rapido e marcato cambiamento del profilo ormonale, con sintomi più severi, precoci e frequenti rispetto alla menopausa naturale. In particolare, nelle pazienti trattate per neoplasie estrogeno-dipendenti, l'uso della terapia ormonale sostitutiva risulta controindicato, rendendo necessario il ricorso ad approcci terapeutici alternativi. In questo contesto, la medicina integrata rappresenta uno strumento prezioso, capace di offrire soluzioni multimodali mirate a migliorare il benessere psicofisico,

affrontando la sintomatologia vasomotoria, neurovegetativa, le alterazioni dell'umore, i disturbi del sonno e le ripercussioni sulla salute genitourinaria e sessuale.

La menopausa indotta configura così un periodo di particolare vulnerabilità, soprattutto per quanto riguarda la sfera neuropsichiatrica, con un aumentato rischio di depressione. Questi sintomi sono la conseguenza della brusca riduzione degli ormoni circolanti: gli estrogeni, infatti, modulano l'attività dei circuiti centrali, regolando la produzione, il rilascio e il riassorbimento di serotonina e norepinefrina, oltre che l'attività dei rispettivi recettori. La perdita del ritmo estrogenico compromette l'omeostasi dei sistemi serotoninergico e noradrenergico, alterando anche il controllo della termoregolazione.

### Il ruolo delle piante medicinali

Tra le piante medicinali più studiate in ambito climaterico, *Cimicifuga racemosa* (o *Actaea racemosa*) e *Salvia officinalis* sono considerate sicure anche nelle donne con neoplasie ormono-dipendenti, pur richiedendo sempre una valutazione medica individuale.

*Cimicifuga racemosa* è tradizionalmente impiegata per alleviare i sintomi della menopausa, attraverso meccanismi d'azione non ancora completamente chiariti. L'efficacia dei prodotti a base di questa pianta risulta variabile, probabilmente a causa delle differenze nei metodi di estrazione. In particolare, l'estratto isopropanolico della radice (*iCR*) ha ottenuto nel 2010 il riconoscimento di "well-established use" da parte dell'EMA (European Medicines Agency), grazie a evidenze consolidate di efficacia e sicurezza.

L'*iCR* è privo di attività sui recettori estrogenici (ER $\alpha$  e ER $\beta$ ) e il suo effetto sembrerebbe mediato da un'azione centrale sui recettori serotoninergici, migliorando la termoregolazione e riducendo le vampate di calore, con

### CERFIT

AOU Careggi  
Via delle Oblate, 4 - Firenze  
Padiglione 28a,  
Ponte Nuovo "Mario Fiori"  
tel. 055 7947749  
mail: becorpi@aou-careggi.toscana.it

## Bibliografia

- Acquarulo EL, Hernandez EC, Kodzodziku F, Neme EC. The efficacy of purified pollen extract for reducing vasomotor symptoms in women: a systematic review and meta-analysis. *Menopause*. 2024 Feb 1;31(2):154-159.
- Badge AK, Sindhi CP, Bankar NJ, Bandre G. The "Cimicifuga Racemosa": A Herbal Remedy with Potential Benefits in Menopause. *J Midlife Health*. 2024 Oct-Dec;15(4):315-316.
- Dimpfel Wilfried a, Chiegoua Dipah Gwladys Nina b, Bommer Silvia c, \* Effectiveness of Menosan® *Salvia officinalis* in the treatment of a wide spectrum of menopausal complaints. A double-blind, randomized, placebo-controlled, clinical trial *Heliyon*. 2021 Feb 10;7(2):e05910.
- Guida M, Raffone A, Travaglino A, Neola D, Reppuccia S, Borgo M, Vitale C, Limone A, D'Alessandro P, Massaro G, Mollo A. Cimicifuga racemosa isopropanolic extract for menopausal symptoms: an observational prospective case-control study. *Gynecol Endocrinol*. 2021 Dec;37(12):1132-1137.
- Rachel L Ruhlen 1, Grace Y Sun, Edward R Sauter Black Cohosh: Insights into its Mechanism(s) of Action Affiliations *expand Integr Med Insights*. 2008;3:21-32.
- Smith-Francis MJ. Complementary and Alternative Medicine for Menopause. *Nurs Clin North Am*. 2024 Dec;59(4):551-562.

un meccanismo analogo a quello degli Inibitori Selettivi della Ricaptazione della Serotonina (SSRI). Inoltre, l'estratto modulerebbe l'asse ipotalamo-ipofisario, influenzando serotonina, dopamina e noradrenalina, con effetti positivi anche su umore e qualità del sonno.

I suoi principali componenti, tra cui triterpenoidi glicosilati e flavonoidi, conferiscono ulteriori proprietà antiossidanti, antinfiammatorie e potenzialmente neuroprotettive e

osteoprotettive. Alcune molecole sembrano inoltre interagire con i recettori oppioidi, suggerendo una possibile attività analgesica. In sintesi la Cimicifuga offre un'azione multifattoriale sui sintomi della menopausa, anche se sono necessari ulteriori studi per definirne con precisione i meccanismi d'azione. La *Salvia* (*Salvia officinalis*) è considerata una pianta medicinale sicura ed efficace nella gestione dei sintomi della menopausa. Studi clinici hanno dimostrato che il suo utilizzo può ridurre in modo significativo le vampate di calore, alleviare i sintomi somato-vegetativi e migliorare l'umore. La pianta è ricca di lignani (tra cui salvigenina, pinosresinolo-glucoside e matairesinolo) che, una volta metabolizzati nell'intestino in enterolattone ed enterodiolo, esercitano una debole attività modulatrice sui recettori estrogenici, contribuendo al bilanciamento ormonale. Oltre a questi effetti, *Salvia officinalis* favorisce il miglioramento delle funzioni cognitive e dell'umore attraverso l'inibizione dell'acetilcolinesterasi, compensando la carenza di acetilcolina con un meccanismo simile a quello dei farmaci utilizzati per il trattamento della malattia di Alzheimer. La pianta interagisce inoltre con vari recettori, tra cui adrenergici  $\alpha 2A$ , muscarinici M3, oppioidi  $\mu$  e serotoninergici, modulando così il sistema nervoso centrale e l'asse endocrino. Studi preclinici suggeriscono anche un potenziale effetto protettivo sul tessuto osseo, mediante l'inibizione del riassorbimento osseo. Infine, alcuni suoi componenti volatili, come il 1,8-cineolo, sembrerebbero attraversare la barriera emato-encefalica

e agire sull'ipotalamo, influenzando positivamente i meccanismi di termoregolazione. In sintesi, la salvia si presenta come una valida opzione per un trattamento a lungo termine dei sintomi della menopausa. Tra le piante medicinali studiate per la gestione dei sintomi della menopausa, anche il polline di palma da dattero ha mostrato risultati promettenti. Gli estratti purificati di questa pianta si sono rivelati efficaci nel ridurre i sintomi vasomotori e migliorare la funzione sessuale. Una recente metanalisi ha evidenziato come l'assunzione di polline di palma sia associata a una diminuzione significativa di vampate di calore, disturbi del sonno, mialgie e sintomi depressivi, senza effetti collaterali rilevanti. Nonostante i dati preliminari siano incoraggianti, le evidenze scientifiche sull'uso delle erbe medicinali nella menopausa iatrogena rimangono ancora limitate. In particolare, è importante evitare l'uso di piante ricche di fitoestrogeni, come il trifoglio rosso, la soia e la dioscorea nelle donne con tumori estrogeno-sensibili. La scelta della pianta, la qualità dell'estratto e il corretto dosaggio sono aspetti fondamentali per garantire la sicurezza e l'efficacia dei trattamenti. La ricerca in questo ambito è in continua evoluzione e sarà determinante per offrire alle donne strumenti terapeutici sempre più sicuri ed efficaci, aiutandole a compiere scelte informate e aggiornate nella gestione della menopausa.

Eugenia Gallo  
Filippo Firenzuoli  
Angelamaria Becorpi  
CERFIT - AOU Careggi

