



Ginecologa esperta in terapie naturali, Stefania Piloni è docente di Fitoterapia e medicine complementari all'Università di Milano. Responsabile dell'ambulatorio di Medicina Naturale per la Donna dell'Ospedale San Raffaele di Milano, è mamma di Sofia, Sara e Giacomo. Scrivile a: natural@cairoeditore.it

Nuove soluzioni per stimolare il desiderio femminile

Un farmaco per migliorare la libido e l'orgasmo

Arriva dagli Stati Uniti e riaccende l'eros quando si è schiacciate da impegni e stanchezza. Ma c'è anche l'alternativa green in crema, derivata da una pianta

Gentile dottoressa, ho sentito parlare di un nuovo farmaco americano da assumere prima del rapporto sessuale per migliorare la libido e l'orgasmo. Ha effetti collaterali? Come si assume? Grazie, **Simonetta**

Cara Simonetta, la ricerca di nuove formulazioni per sostenere il piacere femminile si è rivolta a preparazioni che agiscono sui neurotrasmettitori cerebrali, dunque sull'impulso sessuale che nasce nel cervello e si propaga poi all'area genitale. **Addyi** è stata la prima nuova pillola con queste caratteristiche, ma il flop è stato subito dietro l'angolo: troppi gli effetti collaterali, soprattutto se veniva assunta dopo aver bevuto alcolici, anche semplicemente un calice di vino. È stata dunque la volta di **Vyleesi**, recentemente approvato dalla Food and Drug Administration, l'ente americano che si occupa della regolamentazione di alimenti e farmaci. Il principio attivo è la **Bremelanotide**, che agisce sul cervello e sulla neurotrasmissione degli impulsi pulsionali all'area genitale. Purtroppo, però, non si tratta di una comune compressa, bensì di un'iniezione sottocutanea da somministrare con una penna iniettiva, simile a quella utilizzata per l'insulina, 45 minuti prima del rapporto.

Il problema del desiderio è molto sentito dalle donne, soprattutto dopo i 40 anni, quando alla sera si è molto stanche e si crolla dal sonno. Questo capita per il calo dell'ormone testosterone, scintilla del desiderio. **Vyleesi** è un buon farmaco, ma si tratta pur sempre di una iniezione, dunque il suo utilizzo è destinato a donne profondamente motivate, che riescano a farsi da sole una puntura sottocute.

La mia scelta terapeutica ricade di solito sulle crema al testosterone da applicare sull'area clitoridea. In particolare, oggi questa crema esiste anche in formula green, perché il testosterone è estratto da una pianta che si chiama **Tribulus terrestris**. Le donne italiane amano molto i rimedi naturali, e certamente ogni donna preferisce una crema da applicare a livello clitorideo rispetto all'utilizzo di un'iniezione prima di fare l'amore.

La strategia giusta viene comunque discussa alla visita ginecologica, meglio se in visione degli esami del sangue per valutare il livello ormonale. Ma il medico dovrà anche lasciarsi guidare dal racconto della paziente. E se una donna arriva a chiedere al proprio ginecologo di essere aiutata nel piacere, bisogna considerare che sta facendo un grande sforzo in termini di pudore personale. Questa richiesta è rivoluzionaria, poiché il piacere femminile non è subalterno a quello maschile.

La ricerca medica che comprende questo, è davvero accanto alle donne nella nuova medicina di genere.

Piante e controlli nel delicato momento del cambiamento

Angelica e Agnocasto regolano i cicli in disordine che precedono l'arrivo della menopausa

Gentile dottoressa, ho 49 anni e improvvisamente il ciclo si è fermato. Stavo prendendo **Agnocasto** e **Angelica**: possono aver interferito? Utilizzo la spirale. Grazie, **Stefania**

Cara Stefania, credo che tu debba fare i conti con l'inizio della menopausa. La tua è l'età giusta per familiarizzare con questo importante cambiamento della vita. È normale che il ciclo si blocchi, ma tornerà certamente: all'inizio è una vera e propria giostra, un saliscendi ormonale con ciclo a singhiozzo, un'anarchia in cui subirà ritardi, ravvicinamenti e salti. Via via, andrà diradandosi, dapprima ogni due mesi, poi ogni tre-quattro, poi comparirà due volte all'anno e le ultime mestruazioni potranno venire anche dopo un anno di assenza. La premenopausa e le alterazioni del ciclo durano per oltre 12 mesi e

portano inesorabilmente alla fine dei cicli, di solito verso i 50-52 anni. **L'Agnocasto** è una pianta che va utilizzata solo 14 giorni al mese, non quotidianamente. Se c'è ancora il ciclo, bisognerebbe usarlo dopo l'ovulazione per 14 giorni circa. **L'Angelica**, invece, può essere assunta ogni giorno ma a questo punto andrebbe sospesa per passare a un fitoestrogeno più potente a base di **Trifoglio rosso** o **Soia**. In ogni caso, non sono loro i responsabili del ciclo in ritardo, anzi: sono due importanti regolatori.

Ottima la scelta della spirale per contenere la fibromatosi uterina: aiuta a frenare il fibroma e attendere la menopausa senza invalidanti emorragie.

Se il ciclo fosse assente per oltre tre mesi, meglio fare gli esami del sangue per verificare il tasso ormonale. Nelle analisi si valuteranno gli ormoni di ovaio, surrene e tiroide per capire quanto manca al passaggio alla menopausa definitiva.