

VOGLIO I MIEI ORMONI: sicuri, naturali e bio-identici!

Naturali, personalizzati, biologici. Arrivano i bioidentici, gli ormoni costruiti in tutto e per tutto come gli ormoni secreti dal corpo. Promettono meraviglie e mantengono le promesse.

Lo squilibrio ormonale appanna la vita: sovrappeso, stanchezza, perdita di vivacità intellettuale, calo del desiderio sessuale, depressione. E per le donne è anche peggio: sindrome premestruale, girovita a palloncino, ritenzione idrica, menopausa difficile! Le terapie ormonali sono viste spesso con diffidenza, perché gli ormoni di sintesi di laboratorio sono simile nella struttura a quelli naturali, ma non perfettamente sovrapponibili. Molti uomini desistono dalle cure per vivacizzare il testosterone perché colti da insonnia oppure dalla tachicardia. Oppure limitano le terapie che aiutano la pressione perché svisiscono la loro sessualità. E le donne sono afflitte da pillole contraccettive che risparmiano loro i dolori mestruali ma le gonfiano oppure producono cefalea. Oppure vedono con diffidenza la terapia ormonale per la menopausa (HRT), che toglie le vampate ma aumenta il rischio per il tumore al seno. Una nuova strada c'è: usare molecole naturali, già presenti nel corpo umano o presenti in natura e del tutto identiche a quelle umane. Ormoni Bio-identici, per l'appunto, copie chimiche degli ormoni umani, assolutamente recepite dal corpo come naturali.

Vediamo insieme i più importanti:

DIOSCOREA VILLOSA Il dr Pinkus costruì con questa pianta la prima pillola contraccettiva e fallì, perché il suo progesterone era troppo debole. Dunque ne prese ispirazione per costruire in laboratorio un progestinico di sintesi e la pillola riuscì. Ma l'effetto debole della pianta originaria non ha mai smesso di stupire grazie al suo alto contenuto di diosgenina: il suo estratto regola il ciclo, sostiene la sindrome premestruale, vince la ritenzione idrica, sostiene le donne in menopausa. Si può usare in compresse o in semplice crema da spalmare sul ventre. In natura si trova come tubero, una sorta di patata dolce che cresce in america latina.

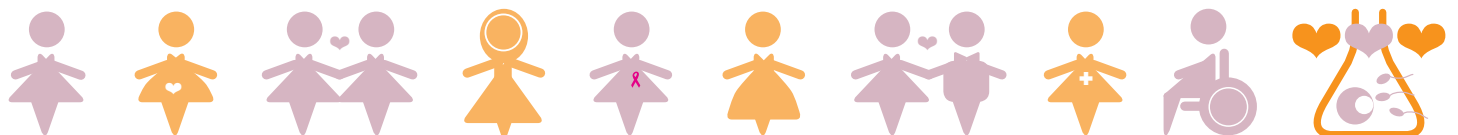
DHEA Un elisir anti-aging per uomini e donne. Diminuisce il rischio cardiovascolare e fa scendere gli alti livelli di colesterolo. Anche la massa ossea sembra essere fortificata dal suo utilizzo. Il DHEA è decisamente consigliabile per riaccendere il desiderio sessuale e per far ripartire l'intesa di coppia. Le dosi maschili sono sempre doppie rispetto alle femminili per questo tonico e fortificante, in grado perfino di far brillare il tono dell'umore.

FITOESTROGENI Gli estrogeni verdi sono il trifoglio rosso, la soia, i semi di lino, il luppolo, la salvia e l'eleuterococco. Molte donne conoscono questa strategia fitoterapica in cui gli esagoni chimici degli estrogeni verdi combaciano proprio con il recettore femminile. Contrastano le vampate di calore, conservano l'osso forte, contrastano la crescita del colesterolo. E aiutano le giovani donne che non hanno cicli mestruali ad avere una mestruazione regolare.

TRIBULUS TERRESTRIS È la pianta accendi desiderio, poichè è in grado di attivare il testosterone. Insieme alla Butea Superba, alla Damiana alla Maca e all'Epimedium è una delle piante che vivacizzano la sessualità. Il Tribulus cresce spontaneamente sulle coste italiane, un piccolo fiorellino in grado di convertire il testosterone nella sua forma libera, di cui si nutre la sessualità. Si utilizza in semplici compresse di estratto secco.

ESTRIOLO Nasce dalla placenta il miglior alleato delle donne.

Nella vita le donne lo incontrano due volte: nel ventre delle loro madre e durante la maternità. Questo ormone è infatti un dono della placenta che lo sintetizza per il benessere del feto e della madre. I biologi lo descrivono come un estrogeno "debole" e proprio questa sua debolezza è una strategia curativa e creativa per le donne. L'estriolo è efficace per contrastare i sintomi menopausali anche se i suoi effetti sono meno appariscenti della terapia sostitutiva ormonale con estradiolo (HRT): l'estradiolo sintetico abatterà completamente le vampate, l'estriolo bioidentico le diminuirà notevolmente e le renderà accettabili. Però l'estriolo è di aiuto alle donne senza la minaccia di eventi avversi rischiosi, di cui invece la terapia ormonale può essere responsabile.



***Estriolo sulla pelle** È la bellezza di questo ormone bioidentico che si può usare in semplice crema da applicare sul corpo (ventre, braccia, arti inferiori). La pelle risponde sviluppando un effetto tensivo, rassodato e tonico. Le compresse sono una variante comunque possibile.

***Estriolo per la sessualità** Un semplice gel a base di estriolo può essere utilizzato in vagina una sera alla settimana per mantenere la sessualità morbida, piacevole e desideratissima.

***BHRT** Significa bio-identical hormonal replacement therapy. È la nuova formula femminile per curare la menopausa, in cui l'estriolo è associato al progesterone naturale, al Dhea, al testosterone propionato, ai fitoestrogeni e ai fitoprogestinici. La nuova alternativa alla classica HRT.

TESTOSTERONE PROPIONATO Una rivincita tutta al femminile per questo unguento a bassa dose di testosterone che si applica direttamente sui genitali esterni, una volta alla settimana. La sua formula ultra light nutre i tessuti femminili restituendo seduttività, desiderio e piacere. Ottimo in menopausa ma anche nei disturbi legati alla sfera del desiderio sessuale ipoattivo.

PREGNENOLONE Un nome complicato per una strategia semplice, quella di salvare le donne dalla sindrome pre mestruale. I giorni di questa terribile sindrome sono molto difficili per tante donne: irritabilità, nervosismo, gonfiore, ritenzione idrica, aggressività o lacrime in tasca sono le forme più comuni. Il pregnenolone ristabilisce l'equilibrio. In fitoterapia anche l'agnocasto e il partenio sono in grado di attuare questa trasformazione, con grande beneficio. In particolare l'agnocasto modula i livelli alti di prolattina e il partenio è ottimo per la cefalea legata alla mestruazione.

La terapia con Ormoni Bio-identici è ispirata al lavoro di molti endocrinologi europei, in particolare alla dott.ssa Marion Gluck a cui siamo grate per la diffusione in Italia (*Questione di Ormoni*, Cairo edizioni, di Marion Gluck e Vicki Edgson).

Dott.ssa Stefania Piloni
Medico specialista in ginecologia e ostetricia
Esperta in omeopatia e fitoterapia

Dott.ssa Giuliana Stolfi
Medico specialista in ginecologia e ostetricia
Esperta in omeopatia e fitoterapia

