

CITTADELLA DELLA SALUTE CAMPO DI MARTE

Terapia omeopatica in menopausa: riflessioni sulla letteratura scientifica

La menopausa è una fase fisiologica della vita della donna, spesso accompagnata da manifestazioni fastidiose. La maggior parte delle donne, l'80% circa, soffre infatti di disturbi di media entità, il 10% soffre in modo grave mentre il 10% non presenta alcun sintomo

L'esperienza clinica ha mostrato che le donne che attraversano la menopausa senza disturbi sono per lo più persone che non hanno assunto troppi farmaci nella loro vita, che si curano con

le medicine complementari e che sono attente all'alimentazione e al benessere psicologico.

Tipicamente la menopausa è una delle fasi della vita in cui emerge il nostro squilibrio energetico più profondo: fisico, mentale, spirituale. È anche un'età di cambiamento e questo cambiamento deve essere sorretto e aiutato con l'obiettivo di migliorare l'equilibrio vitale della persona.

I disturbi più comuni in menopausa sono le vampate di calore, ma si manifestano anche i dolori articolari, il blocco del metabolismo con il conseguente aumento di peso, i disturbi della sfera psicologica come ansia, depressione, insonnia.

Ogni omeopata sa che questi disturbi possono essere trattati, e spesso risolti, con il corretto rimedio omeopatico; che non è

il 'rimedio della menopausa', ma il rimedio adatto a quella donna, che sta vivendo quella particolare e unica menopausa. Non dimentichiamo che l'omeopatia è una medicina di esperienza, nata dall'osservazione dei sintomi e dell'effetto dei rimedi sui sintomi stessi.

Lo studio di Cortés

È altrettanto importante dare una base scientifica a ciò che tutti i giorni come omeopati vediamo in ambulatorio con i pazienti. Tratta proprio questo tema uno studio pubblicato di recente su *Homeopathy* (1) che prende in esame i dati di letteratura sugli eventi fisiopatologici della menopausa - dalle vampate di calore alla depressione - per capire in che modo la terapia omeopatica agisca a livello del Sistema nervoso centrale e periferico. *Sepia officinalis*, *Lachesis mutus*, *Sanguinaria canadensis*, *Sulphur* e *Cimicifuga racemosa* sono tra i medicinali omeopatici prescritti più di frequente per le donne in menopausa, tuttavia il meccanismo fisiologico attraverso cui i

**Centro di Omeopatia
Cittadella della Salute
Campo di Marte**

Azienda USL Toscana Nord Ovest
Via dell'Ospedale 1 - 55100 LUCCA
Tel. 0583 449459 - Fax 0583 970618
medicinaintegrata.lucca@uslnordovest.toscana.it



sintomi della menopausa migliorano con la somministrazione di questi rimedi è sconosciuto.

Lo studio di Cortés espone quindi una sintesi esaustiva dei meccanismi ormonali e neuroendocrini femminili che, durante la menopausa, subiscono una disregolazione alterando la modulazione dei neurotrasmettitori e costringendo le strutture cerebrali a un continuo adattamento ai nuovi livelli ormonali, fino a trovare un nuovo equilibrio, un reset, nella fase post-menopausale, quando la "tempesta" ormonale si è fermata. I cambiamenti neuroendocrini sono coinvolti nella fisiopatologia dei sintomi vasomotori e delle modificazioni dell'umore durante la menopausa. Gli ormoni gonadici modulano i sistemi dei neurotrasmettitori svolgendo un ruolo nei disturbi dell'umore e nella regolazione della temperatura corporea. La dopamina è un neurotrasmettitore legato ai meccanismi di ricompensa e di piacere, quindi è una molecola che rafforza le sensazioni piacevoli. Gli estrogeni e il progesterone possono influenzare la neurotrasmissione dopaminergica attraverso molteplici meccanismi agendo, attraverso questa via, sul tono dell'umore.

Lachesis mutus e *Sepia officinalis* sono

prescritti di frequente per i sintomi neuropsichiatrici e vasomotori. La dopamina ad esempio è tra i costituenti dell'inchiostro della seppia comune (*Sepia officinalis*); nel caso di *Lachesis* (ricavato dal veleno di un serpente) sappiamo che la tossina contiene un'ampia gamma di proteine enzimatiche che agiscono sul sistema vascolare e che sembra essere coinvolta anche la dopamina. Secondo Cortés dunque si possono avanzare alcune ipotesi sul perché questi due rimedi migliorano i sintomi della sfera mentale della menopausa quando vengono somministrati in conformità con il metodo omeopatico.

L'articolo riporta anche alcuni studi condotti sull'animale; tra questi il lavoro di Bellavite e colleghi (2) che hanno effettuato ricerche su topi resi ansiosi usando *Gelsemium* in diverse diluizioni e hanno verificato che le diluizioni più alte sembravano essere più efficaci di quelle più basse nella riduzione dell'ansia.

In un altro studio (3) dello stesso gruppo di ricerca è stata dimostrata in laboratorio l'efficacia di *Ignatia amara* - un rimedio solitamente utilizzato per depressione, ansia ed episodi maniacali - nel modificare lo stato emotivo dei topi.

In una pubblicazione di ricercatori brasiliani

Bibliografia

1. Emma Macías-Cortés. Understanding Why Homeopathic Medicines are Used for Menopause: Searching for Insights into Neuroendocrine Features, *Homeopathy* 2024;113:54–66.
2. Magnani P, Conforti A, Zanolin E, Marzotto M, Bellavite P. Dose-effect study of *Gelsemium sempervirens* in high dilutions on anxiety-related responses in mice. *Psychopharmacology (Berl)* 2010; 210: 533-545.
3. Marzotto M, Conforti A, Magnani P, Zanolin ME, Bellavite P. Effects of *Ignatia amara* in mouse behavioural models. *Homeopathy* 2012; 101: 57-67.
4. Pinto SA, Bohland E, Coelho CdeP, Morgulis MS, Bonamin LV. An animal model for the study of *Chamomilla* in stress and depression: pilot study. *Homeopathy* 2008; 97: 141-144.

(4) *Chamomilla* 6 CH - somministrata a topi stressati dalla convivenza con un compagno di gabbia malato che presentavano evidenti disturbi del comportamento studiato con test validati - ne ha ripristinato il benessere e le performance. Prendendo in considerazione tutti questi aspetti, sono due le ipotesi proposte: i medicinali omeopatici potrebbero avere un effetto neuroendocrino diretto, anche se non si sa esattamente come, oppure innescano nel corpo un meccanismo biologico (non ancora identificato) che poi stimola un effetto neuroendocrino. Sono ancora molte le domande senza risposta in questo campo che richiedono ulteriori ricerche precliniche e cliniche. Lo studio di Cortés si conclude con l'osservazione che tuttora, per la medicina convenzionale, non è chiaro quale sia il meccanismo che a livello cerebrale determina l'efficacia terapeutica degli antidepressivi. La ricerca omeopatica affronta difficoltà simili quando si tratta di spiegare l'effetto terapeutico di un rimedio sui sintomi mentali ma, soprattutto, il lavoro di Cortés constata quanto sia importante portare avanti la ricerca clinica in questo campo delicato e complesso con studi rigorosi e statisticamente validi.

Marialessandra Panozzo

Progetti per il 2025

L'Ambulatorio di medicina complementare della Cittadella della Salute di Lucca propone, in collaborazione con il Centro di medicina integrata dell'ospedale di Pitigliano, un pacchetto di incontri formativi rivolti ai medici di medicina generale (MMG), e non solo, delle province di Prato e di Lucca. Sono in programma 4 incontri su omeopatia, fitoterapia, agopuntura e sui dati aggiornati dei rispettivi ambulatori di medicina integrata (Lucca e Pitigliano). L'obiettivo prioritario di questi appuntamenti è quello di accrescere nel personale medico la consapevolezza dell'importanza di integrare le medicine complementari nella pratica clinica. La conoscenza delle opportunità offerte da queste terapie dovrebbe, infatti, far parte del bagaglio culturale di ogni laureato in Medicina, anche in considerazione dell'aumento progressivo di pazienti che, desiderando un approccio più 'naturale' alla propria salute e non trovando sempre risposte dal loro

medico di famiglia, si rivolgono a pratiche "fai da te", pratiche che possono essere non solo inefficaci ma anche rischiose per la salute. La formazione continua del personale medico è pertanto un tassello importante per migliorare la collaborazione e l'integrazione tra medicine complementari e medicina convenzionale. Nella stessa direzione l'Ambulatorio di omeopatia per la donna di Lucca attuerà nel 2025 un Piano Formativo Aziendale (PAF) per il personale ospedaliero e consultoriale ostetrico della ASL Toscana nord ovest. Il progetto formativo si compone di due incontri durante i quali saranno affrontati i principi base dell'omeopatia, il ricorso a preparati fitoterapici in gravidanza e menopausa e l'utilizzo sia preventivo che terapeutico dell'alimentazione. Infine per rispondere alle richieste di informazione da parte dei pazienti sono in programma anche degli incontri di educazione alla salute per la popolazione incentrati sui temi del benessere.