

Attraversare la menopausa con l'HIV

Un' informazione per donne con HIV, medici specializzati in HIV, ginecologi ed altri clinici.
Prodotto dal Gruppo HIV e Menopausa, WAVE, EACS



 **EACS** European
AIDS Clinical Society

Menopausa nelle donne con HIV

Un numero crescente di donne con HIV attraversa la menopausa. Spesso sia i medici specializzati in HIV che le donne stesse non conoscono i sintomi e i segni della menopausa, e i ginecologi spesso non sono consapevoli degli aspetti specifici della menopausa nelle donne con HIV.

Di conseguenza, le donne con HIV spesso ricevono cure inadeguate per la menopausa, nonostante una maggiore prevalenza e intensità di sintomi rispetto alle donne senza HIV. Ciò è particolarmente grave perché le donne con HIV hanno un rischio elevato di osteoporosi, eventi cardiovascolari e depressione, tutti disturbi che aumentano durante la transizione della menopausa.

Riconoscere la (peri)menopausa e i suoi sintomi

- Nella maggior parte delle donne i sintomi iniziano durante la perimenopausa - è quindi importante iniziare lo screening dei sintomi prima della cessazione delle mestruazioni.
- Gli esami ormonali sono necessari solo per le donne con menopausa precoce o insufficienza ovarica prematura, o nelle donne che presentano sintomi atipici, al fine di escludere altre cause dei loro sintomi.
- I sintomi della menopausa, i sintomi dell'HIV e gli effetti collaterali del trattamento antiretrovirale (ART) possono essere difficili da distinguere. Ciò può causare ansia e compromettere l'aderenza all'ART. L'identificazione corretta dell' origine di sintomi è perciò fondamentale per la gestione.
- La Menopause Rating Scale è uno strumento utile sia per le donne che per i clinici e può essere utilizzato per riconoscere e monitorare sintomi e le risposte al trattamento.

Definizioni

Perimenopausa: il periodo che precede la menopausa prima della cessazione delle mestruazioni

Menopausa: cessazione permanente della mestruazione (per definizione 12 mesi dopo la ultima mestruazione)

Postmenopausa: il periodo dopo la menopausa

Insufficienza ovarica prematura: Cessazione permanente della mestruazione che si verifica prima dei 40 anni

Menopausa precoce: menopausa che si verifica tra i 40 e i 45 anni

Sintomi comuni della menopausa

- Vampate di calore e sudorazioni notturne
- Disturbi del sonno
- Mal di testa/emicrania
- Dolori muscolari, dolori articolari
- Aumento di peso
- Cambiamenti della pelle e dei capelli
- Ansia
- Problemi cognitivi «brain fog»
- Affaticamento
- Umore depresso
- Secchezza vaginale e dispareunia
- Sintomi del tratto urinario
- Perdita di libido

Sono stati descritti oltre 34 sintomi diversi.

Comorbidità correlate alla menopausa

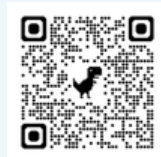
La menopausa aumenta il rischio già elevato di osteoporosi, eventi cardiovascolari e depressione nelle donne con HIV. Il loro screening e il trattamento dovrebbero essere offerti di routine.

Gestione

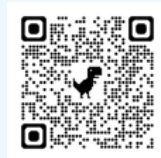
- Il trattamento deve essere offerto a tutte le persone con sintomi della menopausa
- Le strategie comportamentali di comprovata efficacia contro i sintomi includono il sostegno tra pari, la terapia cognitivo-comportamentale e la terapia basata sulla consapevolezza, nonché l'agopuntura.
- Alcuni dati suggeriscono che gli isoflavoni e la Cimicifuga (cohosh nero) possono fornire sollievo dai sintomi vasomotori, ma la qualità e la sicurezza di questi prodotti è variabile.
- L'estrogeno vaginale ha effetti positivi sulla salute sessuale e sui sintomi urogenitali e può essere utilizzato nella maggior parte delle donne, comprese quelle che non vogliono o non possono prendere la terapia ormonale sistemica per ragioni mediche.
- Il trattamento ormonale sistemico migliora la qualità della vita, riduce l'osteoporosi, il rischio cardiovascolare e la mortalità in generale (indipendente della causa).
- L'estrogeno transdermico (con progesterone se la donna ha l'utero) è l'opzione preferita della terapia ormonale sistemica a causa del minor rischio tromboembolico
- Le controindicazioni alla terapia sistemica ormonale includono il cancro al seno o altri tumori estrogeno-dipendenti e sanguinamento vaginale postmenopausale.
- Le donne con insufficienza ovarica prematura o menopausa precoce devono ricevere una terapia ormonale sistemica almeno fino all'età naturale della menopausa.
- È necessario valutare le interazioni farmacologiche tra ART, trattamenti ormonali e altri trattamenti (comprese le terapie alternative e complementari) e, se necessario, apportare le opportune modifiche all' ART per consentire alle donne di assumere la terapia ormonale, se lo desiderano.

Raccomandazioni chiave

- Valutare i cicli mestruali ed eseguire screening regolari (ad esempio annuali) dei sintomi nelle donne di età superiore ai 40 anni.
- Utilizzare la **Menopause Rating Scale** per l'autovalutazione e la valutazione clinica.
- Riconoscere e trattare l'insufficienza ovarica prematura e la menopausa precoce.
- Offrire un trattamento a tutte le persone con sintomi della menopausa.
- Utilizzare il **Liverpool drug interaction checker** per identificare le interazioni farmacologiche tra la terapia antiretrovirale e i trattamenti ormonali e non ormonali per la menopausa.
- Valutare regolarmente la salute mentale, l'osteoporosi e il rischio cardiovascolare



**Menopause
Rating Scale**



**Liverpool Drug
Interaction
Checker**

Sebbene in questa scheda informativa venga utilizzato il termine "donna", riconosciamo che anche le persone transgender e non binarie vivono la menopausa. Queste linee guida si applicano anche a loro.

Risorse:

Scala di valutazione della menopausa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC12914663/>; <http://www.hqlo.com/content/1/1/28>; **Interazioni farmacologiche dell'HIV dell'Università di Liverpool:** <https://www.hiv-druginteractions.org/>. **Supporto tra pari** – Progetto Grows / Forum Sophia: <https://sophiaforum.net/women-with-hiv-growing-older-wiser-and-stronger-grows/>; <https://sophiaforum.net/guide-to-menopause-for-women-living-with-hiv/>. **Scheda informativa su menopausa e HIV di Aidsmap:** <https://www.aidsmap.com/about-hiv/menopause-and-hiv>

Contatto: WaveSecretariat@eacsociety.org