

Trombosi nelle donne giovani: gravidanza e pillola sono fattori di rischio

Pubblicato: Sabato 15 Marzo 2025



Lunedì prossimo, 17 marzo, al padiglione Centrale, 2° piano dell’Ospedale di Circolo di Varese, il personale medico e infermieristico del Centro Trombosi, diretto dal Prof. Marco Paolo Donadini sarà a disposizione dalle 14 alle 17 per fornire informazioni e consigli sulla prevenzione e il trattamento delle trombosi venose e offrire una valutazione personalizzata dei fattori di rischi. L’iniziativa è collegata alla campagna di sensibilizzazione di “Marzo mese della prevenzione della trombosi”, avviata in Italia dalla associazione di pazienti “Vincere la Trombosi” per l’esigenza di diffondere la consapevolezza della malattia.

La trombosi è una patologia che colpisce sia uomini che donne in egual misura con un incremento di casi dopo i 50 anni. Tuttavia, **se si analizzano le fasce d’età più giovani, emerge che le donne in età fertile (tra i 20 e i 50 anni) presentano un’incidenza maggiore rispetto agli uomini di pari età.**

Il professor Marco Donadini spiega il motivo di questa prevalenza

Questa differenza è dovuta principalmente a fattori ormonali, in particolare alla terapia estroprogestinica e alla gravidanza, entrambi elementi che attivano la coagulazione e aumentano il rischio di trombosi.

Terapia estroprogestinica (pillola) e rischi associati

La terapia estroprogestinica, ampiamente utilizzata per fini contraccettivi o terapeutici, è considerata sicura, ma, tra i pochi effetti collaterali seri, c'è il rischio di trombosi venosa profonda o embolia polmonare. In alcuni casi, la trombosi può colpire sedi rare come i seni venosi cerebrali, causando conseguenze severe. Questo rischio è particolarmente elevato per le donne con una predisposizione genetica alla trombosi, che può derivare da mutazioni della coagulazione o da una storia familiare di eventi trombotici. Fattori aggiuntivi come il fumo possono moltiplicare il rischio.

Sintomi della trombosi venosa e dell'embolia polmonare

I sintomi più comuni della trombosi venosa profonda agli arti inferiori includono gonfiore, dolore, tensione e arrossamento di una gamba. Nel 90% dei casi, la trombosi venosa è monolaterale, quindi un gonfiore localizzato senza cause evidenti deve far sospettare la patologia. Se la trombosi evolve in embolia polmonare, i sintomi principali possono essere mancanza di respiro e dolore toracico. In alcuni casi, la diagnosi viene fatta direttamente in pronto soccorso a seguito di un'embolia, risalendo poi alla trombosi preesistente.

Screening e fattori di predisposizione

Le donne con una storia familiare di trombosi devono sottoporsi a test di screening prima di assumere estroprogestinici. Questa prassi è ben nota ai ginecologi che, eventualmente, inviano le pazienti ai centri trombosi o a visita genetica per un approfondimento ulteriore, proprio per prevenire il rischio di eventi trombotici.

Trombosi in gravidanza e puerperio

Durante la gravidanza, il rischio di sviluppare una trombosi è 10 volte superiore rispetto alle donne non gravide. Ciò avviene perché l'organismo si prepara al parto, aumentando la coagulazione per prevenire emorragie, ma ciò può sbilanciare il sistema e favorire la trombosi. Il periodo più delicato è il puerperio (le sei settimane dopo il parto), in cui il rischio di trombosi è cinque volte maggiore rispetto a quello della gravidanza stessa. Per alcune donne ad alto rischio, viene prescritta una profilassi con eparina per tutto il puerperio o, in casi selezionati, per tutta la durata della gravidanza.

Tra i fattori che di per sé predispongono alla trombosi, oltre alla familiarità e a episodi precedenti, ci sono l'obesità, l'età avanzata per la maternità, avere un problema di vene varicose.



Prevenzione primaria: stile di vita e fattori di rischio modificabili

Lo sviluppo delle trombosi dipende fondamentalmente dal flusso di sangue, che non deve essere lento, e dall'endotelio, il rivestimento interno dei vasi sanguigni che non va fatto infiammare. Per prevenire queste due situazioni occorre innanzitutto l'esercizio fisico, il movimento aerobico, con la contrazione del polpaccio che spinge il sangue verso il cuore, evitando il ristagno.

Per quanto riguarda l'endotelio, bisogna proteggerlo in modo naturale e la prima regola è non fumare, avere una dieta il più possibile sana, priva di grassi saturi, il più possibile equilibrata e non a eccedere con l'alcol.

Questi interventi di prevenzione hanno un impatto più significativo della somministrazione di farmaci. Ad esempio, smettere di fumare riduce il rischio cardiovascolare più di quanto possa fare la cardioaspirina.

Il fattore caldo

Il caldo estivo non è un fattore scatenante diretto delle trombosi, ma può peggiorare i sintomi dell'insufficienza venosa cronica, una condizione che può derivare da vene varicose o da un'insufficienza delle valvole venose. Chi ha già avuto una trombosi può avvertire un peggioramento dei sintomi nei mesi caldi, ma si tratta di un problema legato alla circolazione piuttosto che a una nuova trombosi acuta.

Ruolo dell'abbigliamento e delle calzature

Non esiste una dimostrazione scientifica diretta che colleghi l'abbigliamento alla trombosi. Può capitare che lo sfregamento di calzature nuove, magari un po' alte, porti all'infiammazione delle vene superficiali innescando quelle che sono le trombosi più comuni, note come flebiti, quelle della vena safena grande, piccola safena. o delle vene superficiali del polpaccio. In questo caso è proprio lo sfregamento meccanico a provocare l'infiammazione.

La menopausa e gli effetti della terapia ormonale

In condizioni sane e in assenza di terapia estroprogestinica, l'incidenza statistica aumenta dopo i 50 anni e sale progressivamente con l'età. Un tempo era abbastanza diffusa la terapia ormonale sostitutiva. Poi si è capito che rappresentava un fattore di rischio per le trombosi, per cui si ne è molto limitato l'utilizzo. Si continua a prescrivere per chi accusa sintomi molto forti e invalidanti, ma è una terapia prescritta per tempi molto più brevi.

Attenzione alla prevenzione e alla salute a lungo termine

La prevenzione delle trombosi passa soprattutto dalla correzione dei fattori di rischio modificabili. La diffusione di informazioni corrette è essenziale per promuovere stili di vita sani e ridurre la necessità di interventi farmacologici in età avanzata. Le donne devono essere consapevoli dei rischi e adottare misure preventive già in giovane età, soprattutto se assumono terapie ormonali o presentano fattori di rischio ereditari.

Alessandra Toni

alessandra.toni@varesenews.it