CAMBIAMENTI ENDOCRINO-METABOLICI DALL'ETÀ FERTILE ALLA MENOPAUSA

Dott.ssa Giulia Mantovani, MD
U.O.C. di Ginecologia Oncologica
IRCCS Azienda Ospedaliero-Universitaria Integrata di Bologna
Policlinico di Sant'Orsola

Nutrire la Salute

PREVENZIONE E BENESSERE IN GINECOLOGIA ONCOLOGICA

Evento divulgativo aperto a pazienti e popolazione generale

Bologna
15 ***novembre***
2025

Pad. 4
Ginecologia
Aula Magna

Programma della Giornata

Introduzione ai lavori e saluti

9:45 *Manuela Bignami, Myriam Perrone, Giuseppe Vizzielli, Carolina Poli*

Parlare di alimentazione in ginecologia oncologica

10:00 **Fattori di rischio per i tumori** *Martina Arcieri*

Dall'età fertile alla menopausa: come cambia l'alimentazione della donna

10:15 **Cambiamenti endocrino-metabolici dall'età fertile alla menopausa**
Giulia Mantovani

10:30 **Adattare la dieta alle diverse epoche della vita**
Anna Simona Sasdelli

10:45 **"Il piatto della salute" per la donna: linee guida pratiche per tutti i giorni**
Studenti del Corso di Laurea in Dietistica

Alimentazione e ginecologia oncologica

11:00 **ERAS e alimentazione come benessere nel perioperatorio**
Marco Tesei (Ginecologo)

11:15 **Come mangiare durante la terapia: gestire nausea, ascite e perdita di appetito**
M.L. Petroni - F. Sacilotto

11:30 **"Il piatto della salute" per la donna con patologia oncologica ginecologica: linee guida pratiche per tutti i giorni**
Gaia Tabanelli

11:45 **Tavola rotonda con i relatori e il pubblico**
"Cibo, salute e consapevolezza: parliamone insieme".
Uno spazio di confronto aperto tra specialisti e partecipanti.

Moderatori: *Silvia Garelli, Stefano Durante, Stefano Restaino Federica Dall'Aglio*

12:15 **Chiusura dei lavori - "Dalla teoria alla pratica: piccoli gesti per grandi cambiamenti"**
Myriam Perrone - Carolina Poli - Gli studenti del Corso di Laurea in Dietistica

Presentazione del progetto **IRCCS–UNIBO** con consegna di brochure informative, esempi di menù settimanali e QR code per accedere a risorse e materiali digitali

Promosso da *Unità di Ginecologia Oncologica in collaborazione con il Corso di Laurea in Dietistica con il coinvolgimento di Loto Odv*

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Ospedaliero - Universitaria di Bologna
IRCCS Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

POLICLINICO DI
SANT'ORSOLA

ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

MENOPAUSA

- La **menopausa** è la cessazione definitiva delle mestruazioni (amenorrea) a causa della perdita della funzione follicolare ovarica.

- In genere si verifica **tra i 45 e i 55 anni di età**, ma non sono rare forme di menopausa prematura e tardiva, rispettivamente prima i 45 e dopo i 55 anni.

- La menopausa cosiddetta "**iatrogena"** o "**indotta**", è definita come la fine della funzionalità ovarica in seguito a procedure chirurgiche o la radio e/o chemioterapia.

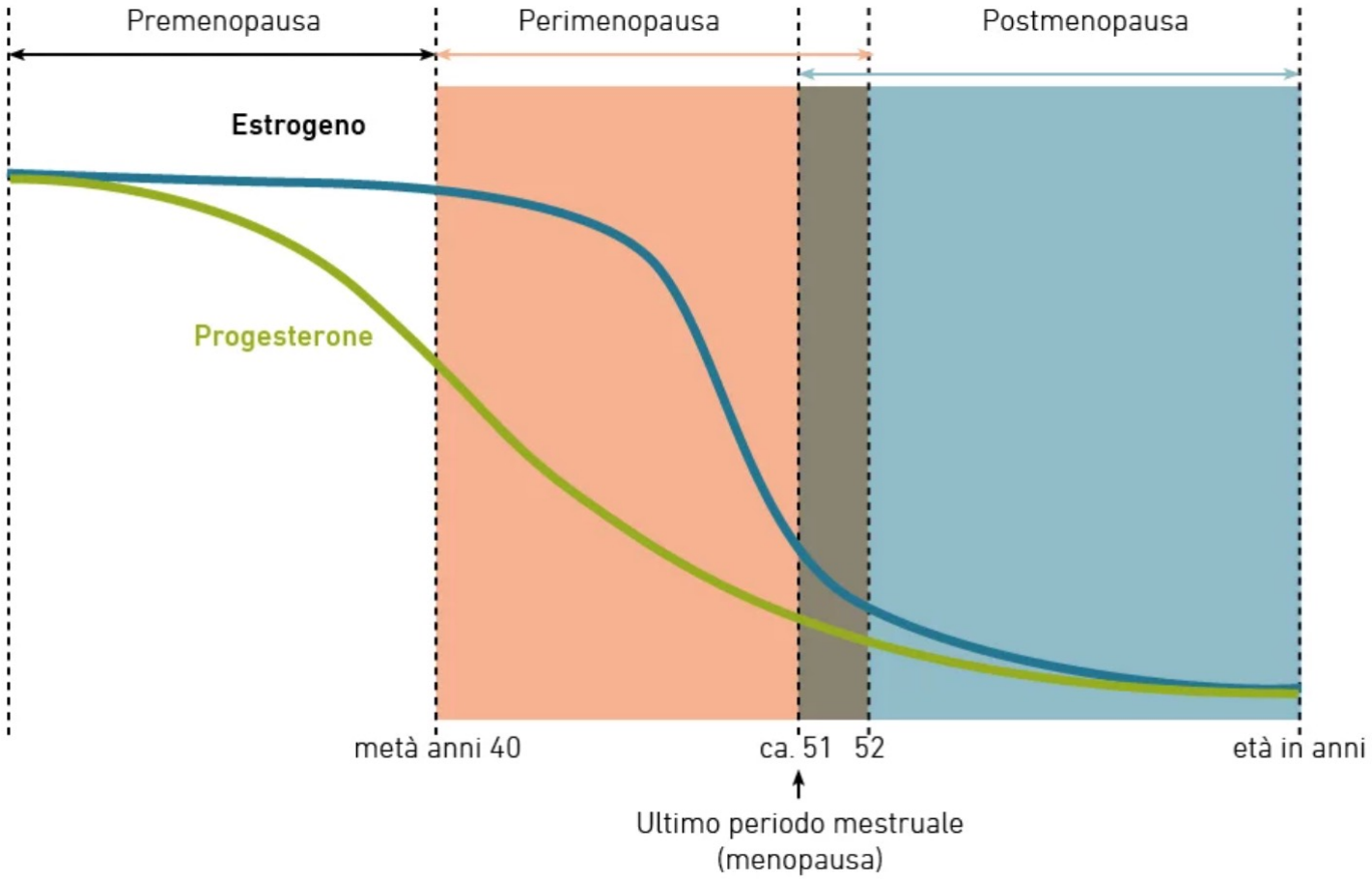
MENOPAUSA

- CARCINOMA CERVICALE – **Età media 50 anni**
- CARCINOMA OVARICO – **Età media 62 anni**
- CARCINOMA ENDOMETRIALE – **Età media 61 anni**

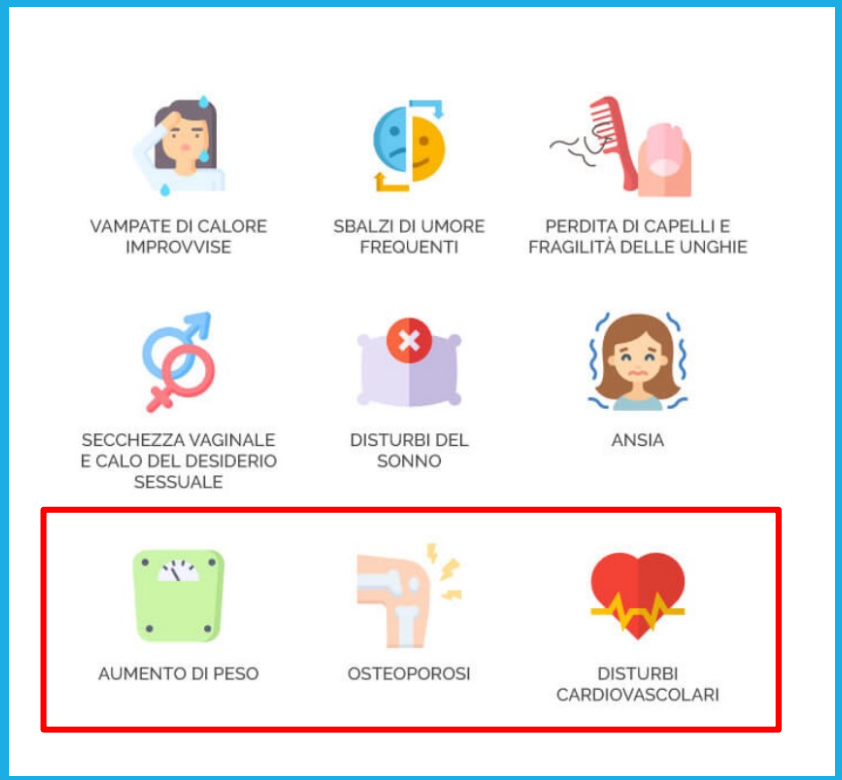
CAMBIAMENTI ENDOCRINI

CAMBIAMENTI ENDOCRINI

↓ ESTROGENI
↓ PROGESTERONE
↓ ANDROGENI
↑ LH/FSH

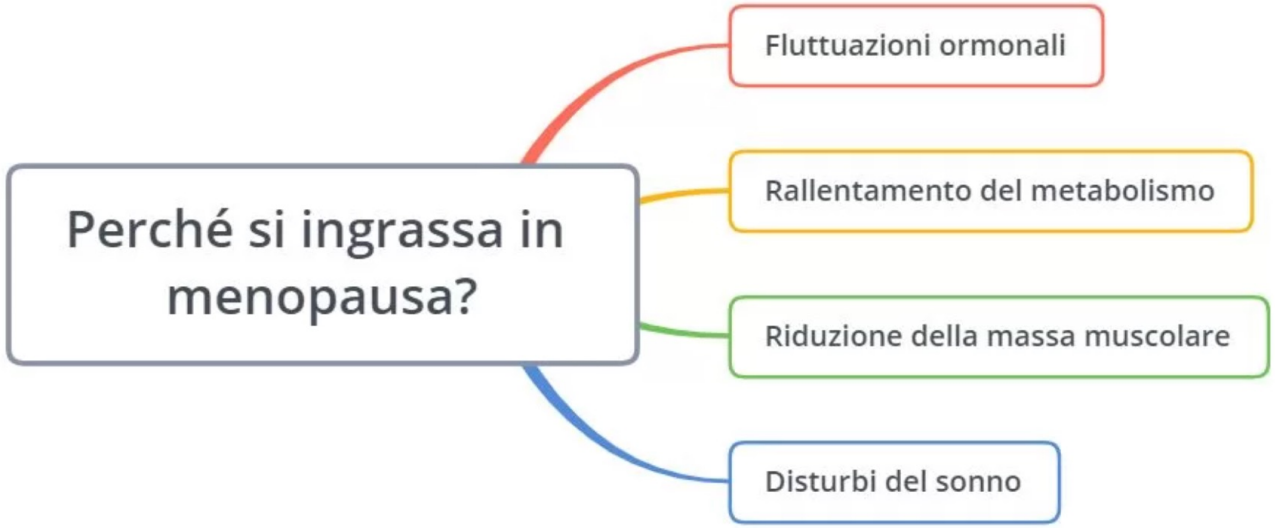


CAMBIAMENTI ENDOCRINI



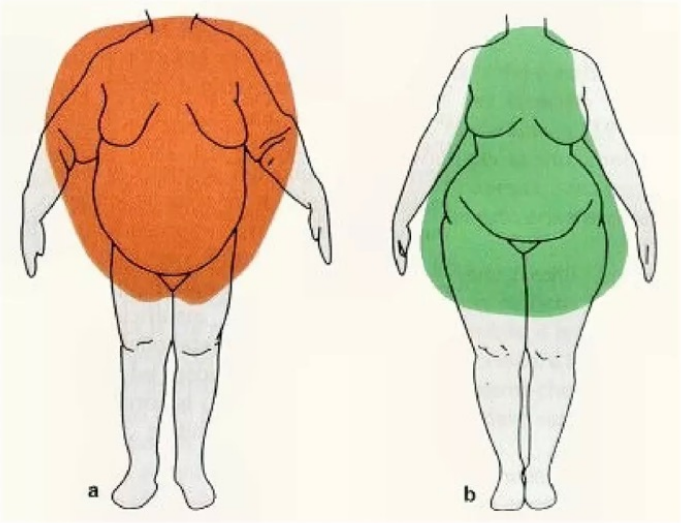
CAMBIAMENTI METABOLICI

- **aumento dell'obesità centrale** (rischio aumentato x 5 anche a parità di BMI)
- **perdita di massa muscolare**
- **rallentamento del metabolismo**
- aumento della **resistenza all'insulina**



OBESITÀ IN MENOPAUSA

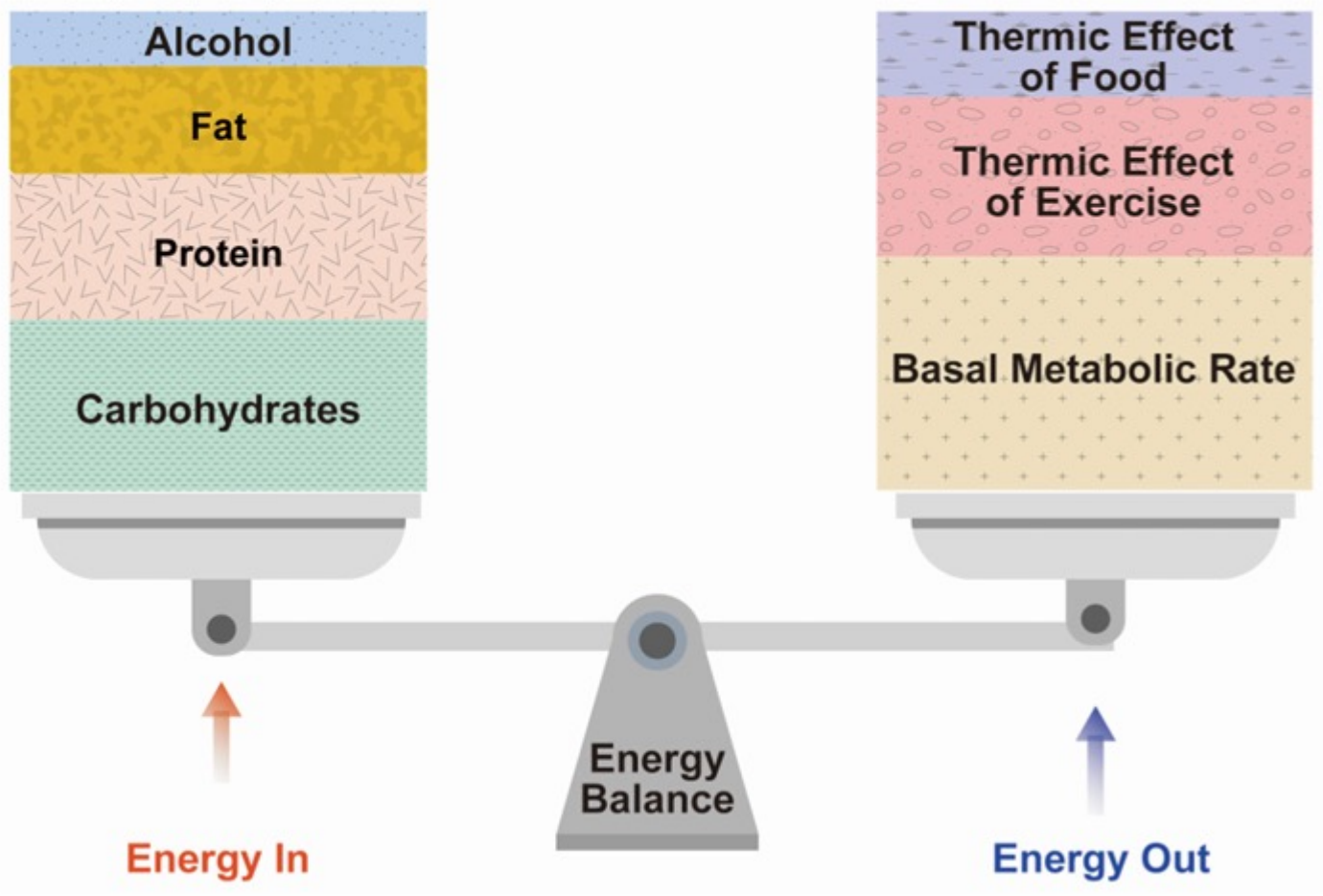
Indice di massa corporea (IMC)	
Categoria di IMC	**IMC (kg/m2)**
Sottopeso	< 18.5
Normopeso	18.5 - 24.9
Sovrappeso	25.0 - 29.9
Obeso I grado	30.0 - 34.9
Obeso II grado	35.0 - 39.9
Obeso III grado (obesità morbigena)	> 40



Valori di circonferenza vita considerati a rischio dall'OMS:

> 88 cm per le donne
> 102 cm per gli uomini

OBESITÀ IN MENOPAUSA



MENOPAUSA
(Perdita dell'effetto protettivo degli estrogeni endogeni)

STILE DI VITA / OBESITÀ
+
ALTRI FATTORI DI RISCHIO

PROFILO LIPIDICO:
↑Livelli circolanti colesterolo totale
↑Livelli circolanti colesterolo LDL
↑Livelli circolanti TG
↓Livelli circolanti colesterolo HDL

PROFILO GLUCIDICO:
↓Sensibilità all'insulina

↑Dei radicali liberi circolanti
↑Stato pro-infiammatorio

↑Del peso, ridistribuzione del grasso corporeo di tipo androide
↑Del grasso viscerale

Profilo lipidico proatogenico

Ipercoagulabilità ematica

Disfunzione endoteliale

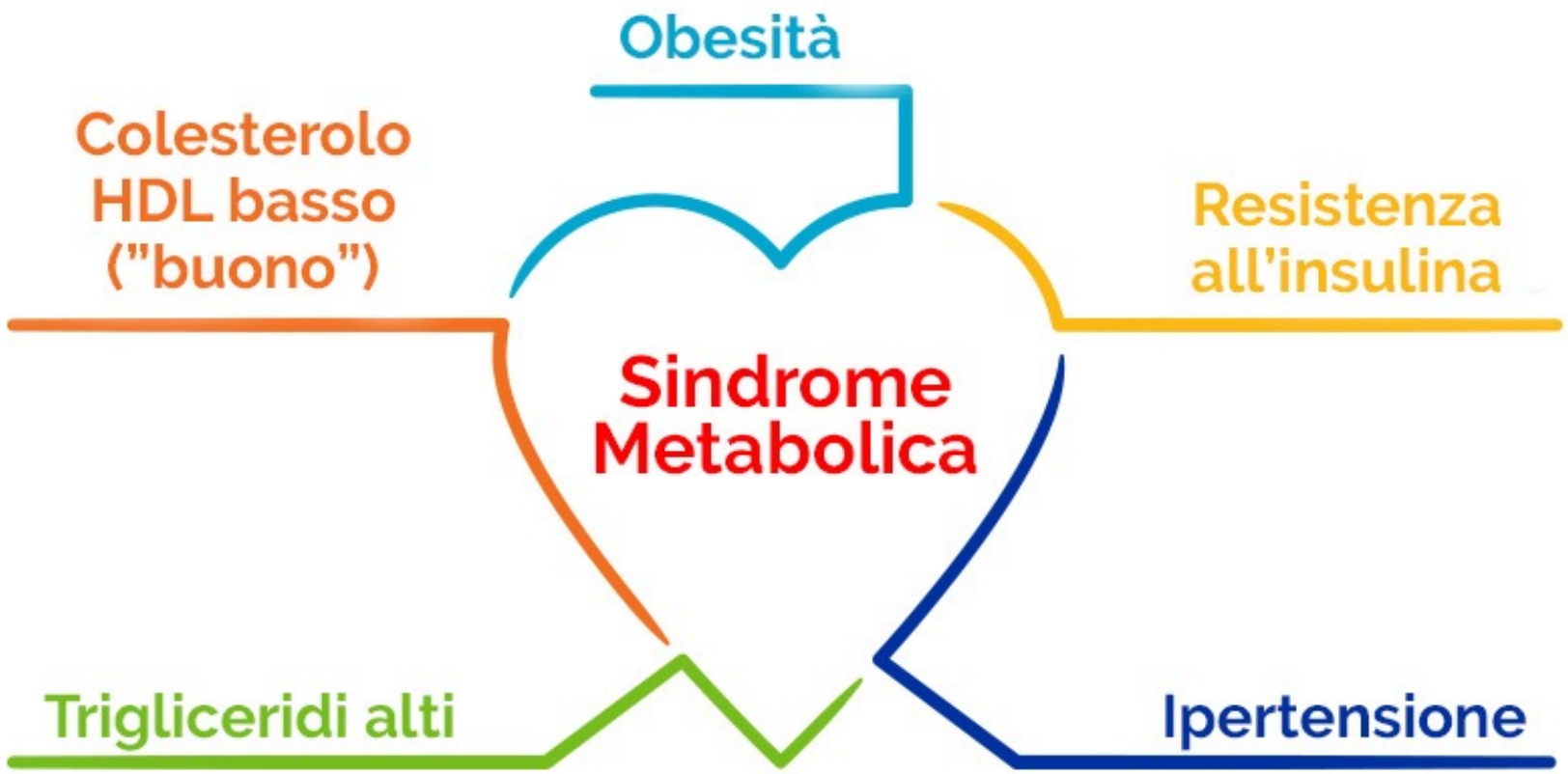
IPERTENSIONE

Rischio di sviluppare **DIABETE**

PROBLEMATICHE PSICOSOCIALI,
Autostima, depressione, ansia

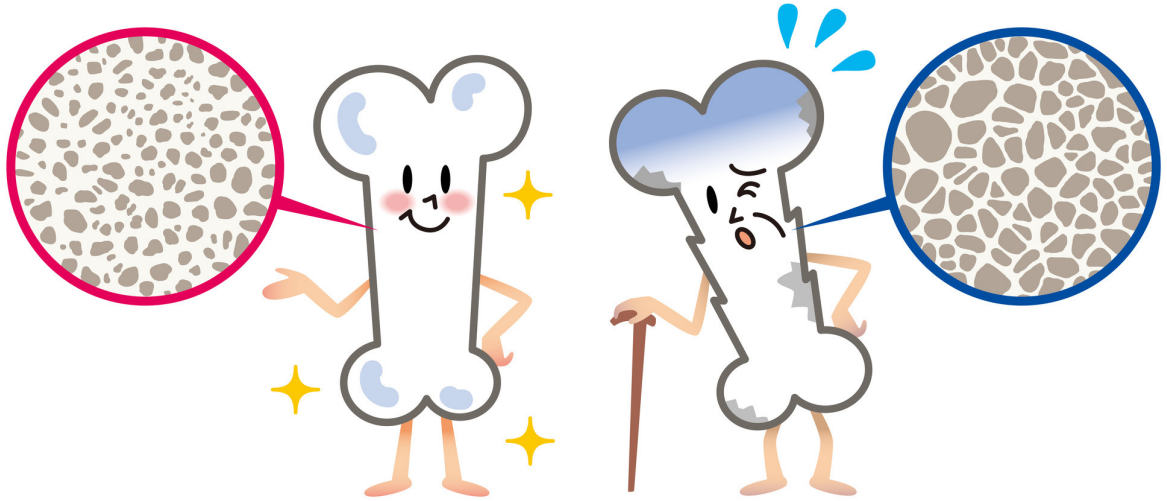
RISCHIO CV / CORONAROPATIA
SINDROME METABOLICA

SALUTE CARDIOVASCOLARE



SALUTE OSSEA

- il calo degli estrogeni **riduce l'assorbimento del calcio**
- con la menopausa si assiste a una **perdita del 2-3 per cento l'anno,** che interessa soprattutto la parte interna dell'osso
- **aumento del 50% del rischio di fratture**



Grazie!

giulia.mantovani@aosp.bo.it