

2

I TOPICI E I FILLER DEI GENITALI FEMMINILI

I topic e i filler vulvo-vaginali sono una possibilità non chirurgica per migliorare il trofismo della zona vulvo-vaginale e per ripristinare la risposta sessuale.

1. I topic vulvo-vaginali

I topic sono sostanze o preparazioni da applicare direttamente sui tessuti vulvo-vaginali. Comprendono: topic non farmacologici (cosmetici) e topic farmacologici (medicinali).

I **topic non farmacologici** non hanno finalità né attività terapeutiche, ma sono cosmetici destinati a essere applicati sulle superfici esterne del corpo (epidermide, sistema pilifero e capelli, unghie, labbra, organi genitali esterni) allo scopo di pulirle, profumarle, modificarne l'aspetto, correggerne gli odori corporei, proteggerle o mantenerle in buono stato. Alcuni cosmetici intimi sono i seguenti.

COSMETICO, DERMOCOSMETICO O COSMECEUTICO

In passato il cosmetico era considerato un preparato naturale che migliorava l'aspetto. Oggi è stato introdotto il termine dermocosmetico o cosmeceutico, cioè un preparato i cui principi attivi sono sempre di origine naturale, ma purificati e perfezionati in laboratorio, con un effetto idratante, nutriente, protettivo e di complemento al trattamento farmacologico.

Un preparato a base di **vitamina E** (conosciuta anche come tocoferolo), sotto forma di crema o gel, applicato tutti i giorni aiuta a migliorare il trofismo della cute vulvare, e sotto forma di ovuli vaginali, ripristina la normale idratazione della mucosa vaginale. La vitamina E, oltre a un'azione idratante, ha proprietà antiossidanti che contrastano i radicali liberi. Queste sostanze, prodotte come scarto del metabolismo corporeo, sono responsabili dell'invecchiamento cutaneo perché aggrediscono i tessuti e alcuni suoi componenti, come collagene ed elastina, essenziali per mantenere la pelle sempre tonica.

Un preparato a base di **Boswellia Serrata** (acidi boswellici), sotto forma di lipogel anidro (cioè, senz'acqua), è ideale come trattamento coadiuvante per contrastare il precoce invecchiamento dei tessuti vulvari. La Boswellia, albero originario dell'India, del nord dell'Africa e del Medio Oriente, possiede proprietà

Il ringiovanimento genitale

antiossidanti, elasticizzanti ed emollienti, inoltre è un efficace antinfiammatorio e antimicrobico. L'applicazione giornaliera per almeno un mese riduce eritema e prurito vulvare nel 90% dei casi.

Un preparato a base di **ceramidi**, sotto forma di crema da applicare con un leggero massaggio a livello vulvare, aiuta a riparare e a mantenere integra la barriera cutanea (azione skinrepair, idratante e anti-età). Le ceramidi sono sostanze di natura lipidica (grassi) costituenti essenziali della barriera cutanea. Quando il livello di ceramidi è ridotto, la barriera cutanea è indebolita, la pelle perde la naturale idratazione, diventa secca, irritata e compare prurito. Applicare ogni giorno una crema a base di ceramidi sulla vulva aiuta a riparare la barriera cutanea, ripristinare l'idratazione e l'elasticità, prevenire l'ingresso di sostanze dannose, donandole sollievo. Infatti, è indicata in caso di secchezza, irritazione e prurito vulvare. Inoltre, la ceramide 3 è efficace nel ridurre le rugosità superficiali della pelle.

Un preparato a base di **acido ialuronico**, sotto forma di ovuli o gel, migliora i sintomi associati all'atrofia vaginale. L'acido ialuronico è in grado di trattenere grandi quantità di acqua aumentando l'idratazione dei tessuti. Inoltre, favorisce la cicatrizzazione delle microlesioni dell'epitelio e migliora l'elasticità e il tono dei tessuti vaginali. L'applicazione di un gel vaginale ogni tre giorni per un mese, riduce la secchezza nell'80% dei casi e migliora l'idratazione e l'elasticità, ma non ha alcun

Il ringiovanimento genitale

beneficio sul pH vaginale. Il trattamento ha un'azione rapida e più aumenta la durata del trattamento più la risposta migliora.

Un preparato a base di **fitoestrogeni** o estrogeni naturali, come gli isoflavoni di soia e di trifoglio rosso, sotto forma di crema o gel, è stato proposto per ridurre i disturbi legati all'atrofia vaginale. Purtroppo, i fitoestrogeni sono scarsamente assorbiti localmente per le elevate dimensioni e il ridotto coefficiente di affinità idrofobico-idrofilico: questo è il motivo per cui non agiscono efficacemente. I niosomi sono un innovativo sistema per veicolare i fitoestrogeni garantendone un corretto assorbimento. L'applicazione quotidiana di un gel vaginale a base di fitoestrogeni di trifoglio rosso veicolati da niosomi dopo tre mesi migliora il trofismo vaginale e riduce secchezza e dolore durante i rapporti. Per mantenere i benefici è preferibile continuare il trattamento ogni tre giorni. È possibile l'insorgenza di un leggero bruciore, che tuttavia scompare spontaneamente.

I **topici farmacologici** sono medicinali che hanno un'azione preventiva o curativa. Si distinguono in medicinali preparati in farmacia (o galenici) e preparati industrialmente. Alcuni medicinali intimi da considerare sono i seguenti.

Un galenico a base di **testosterone propionato al 2%** è in grado di migliorare il trofismo vulvare ritardando i segni dell'invecchiamento. La letteratura riporta una guarigione del 90% dei sintomi

Il ringiovanimento genitale

dell'atrofia vulvare come, per esempio, il prurito. Inoltre, il testosterone mantiene una buona risposta sessuale: l'applicazione quotidiana per qualche mese, infatti, ripristina la normale eccitabilità clitoridea e vulvo-vestibolare. I possibili effetti collaterali comprendono brufoli, peluria e, in casi rari, abbassamento della voce.

QUALE DETERGENTE PER LE PARTI INTIME?

Un'adeguata detersione delle parti intime è fondamentale, perché detersivi aggressivi o profumati possono causare secchezza e irritazione.

Il consiglio è di usare detersivi ricchi di sostanze idratanti e lenitive e poveri di tensioattivi (sostanze che fanno "schiuma"). Un esempio è un detersivo a base di ceramidi (ricostituenti della barriera cutanea ad azione idratante ed emolliente) e isopalmide (endocannabinoidi ad azione lenitiva e nocicettiva). Meglio, quindi, una detersione per affinità. Il detersivo, inoltre, deve possedere un pH acido, con valore compreso tra 3,5 e 5,5, per rispettare il pH fisiologico della vagina e ostacolare la proliferazione di microrganismi patogeni.

L'ideale è lavarsi due volte al giorno con un detersivo e tutte le altre volte con acqua tiepida corrente. Lavaggi troppo frequenti possono alterare le naturali difese delle parti intime. Durante le mestruazioni, è consigliato lavarsi almeno tre volte o comunque dopo ogni cambio di assorbente. Il detersivo da usare deve essere acido, come nei restanti giorni del ciclo.

Medicinali a base di *estrogeni* (estradiolo, estriolo, promestriene) sotto forma di ovuli, creme o gel sono in grado di migliorare il trofismo vaginale, ma non quello vulvare. L'applicazione due o tre volte alla settimana di estriolo in crema o ovuli, dopo

Il ringiovanimento genitale

qualche mese di trattamento, aumenta la lubrificazione nell'80-90% dei casi, diminuisce il pH vaginale ripristinando il fisiologico ecosistema della vagina, limita la secchezza e la dispareunia e permette una protezione dalle infezioni più comuni della vagina. Per evitare recidive il trattamento deve essere ripetuto periodicamente nel tempo. Gli estrogeni vaginali sono efficaci, ben tollerati e non richiedono l'associazione con il progesterone. Inoltre, stimolano la produzione di ferormoni, sostanze biochimiche che sembrano avere un ruolo importante per stimolare l'attrazione sessuale, che nessun laser o chirurgia potrà ridare.

Un medicinale a base di *deidroepiandrosterone DHEA* (o prasterone) sotto forma di ovuli vaginali è in grado di correggere l'atrofia vaginale e migliorare la funzione sessuale, nelle donne in post-menopausa. Il DHEA è un precursore steroideo inattivo che agisce a livello locale, dove è convertito in estrogeni (estradiolo) e androgeni (testosterone). L'applicazione giornaliera di un ovulo vaginale di DHEA, dopo dodici settimane di trattamento, migliora il pH vaginale, riducendo di intensità la secchezza vaginale e il dolore durante i rapporti sessuali. Effetto collaterale che compare nel 6 % dei casi è costituito da perdite vaginali, dovute allo scioglimento del veicolo del farmaco alla temperatura corporea.

I LUBRIFICANTI INTIMI

Si tratta di preparati a base di acqua, di olio o di silicone usati per ridurre l'attrito durante l'attività sessuale, in caso di secchezza vaginale, per agevolare l'utilizzo di sex toy e per lo svolgimento di alcune pratiche sessuali come i rapporti anali. Essenzialmente si dividono in tre categorie:

1. ***I lubrificanti a base acquosa*** sono simili a un gel trasparente, spesso inodore. Sono ben tollerati, in particolare quando si utilizza il preservativo. Tendono, però, a seccarsi durante l'uso e dato che sono idrosolubili, non sono utili durante il sesso in acqua.

2. ***I lubrificanti a base oleosa*** non reagiscono con i fluidi del corpo, non seccano e durano più a lungo rispetto a quelli a base acquosa. Di contro, però, sciolgono il lattice del profilattico, che perde così la funzione contraccettiva e protettiva dalle malattie a trasmissione sessuale, con un minore effetto lubrificante. Un prodotto oleoso molto diffuso è la vaselina, ma possono essere impiegati anche alcuni alimenti, come burro, olio di oliva e lubrificanti "naturali". L'uso dell'olio di oliva è noto fin dall'antichità. Le madri romane, per esempio, lo consigliavano alle figlie al momento della perdita della verginità. Antiche ricette galeniche consigliavano cinque gocce di olio di oliva per ridurre la secchezza vaginale e i greci lo usavano nell'ambito dei rapporti anali. Aristotele accenna all'uso dell'olio di oliva durante il sesso, ma lo considerava un contraccettivo, convinto che se le parti intime sono ben lubrificate, la gravidanza è meno probabile. Tra i lubrificanti l'olio di oliva è una possibilità "naturale", ma è meglio evitarlo in caso di infezioni genitali ricorrenti. In ogni caso, in commercio esistono dei prodotti specifici più adatti all'uso.

3. **I lubrificanti a base siliconica** sono simili a quelli acquosi, ma seccano più lentamente e durano più a lungo. Poiché sciolgono il silicone, però, non vanno usati con i sex toy, anch'essi in silicone.

Di recente, sono stati messi in commercio lubrificanti che contengono vitamine, come la vitamina E, e fitoterapici come l'aloe, il ginko biloba e altre sostanze (ad es. la visnadina che aumentando il flusso ematico contribuisce a rendere l'area intima più sensibile agli stimoli sessuali).

2. I filler vulvo-vaginali

I filler (dall'inglese *to fill* = riempire) sono sostanze specifiche che iniettate direttamente nella vulva e nella vagina, hanno lo scopo di idratare e rimodellare la parte trattata.

Infiltrazioni di acido ialuronico. Uno dei filler più usati è l'acido ialuronico, un costituente naturale della cute (in particolare, del derma) e della mucosa, che ha un'azione simile a una spugna: agisce, infatti, richiamando e trattenendo acqua nei tessuti. Inoltre, stimola i fibroblasti, cellule in grado di produrre collagene ed elastina, anche attraverso l'effetto meccanico di riempimento. Il risultato è il miglioramento del trofismo dei tessuti e, in parte, il ripristino del volume dell'area trattata. Questo filler è indicato per contrastare l'atrofia vaginale e per ampliare il punto G.

Per contrastare l'atrofia vaginale. Questo disturbo è caratterizzato da un assottigliamento della mucosa, che appare pallida, talvolta con petecchie (piccole emorragie), sanguinamenti da contatto e perdita delle pieghe vaginali. I suoi sintomi sono il prurito, la secchezza, il dolore o il sanguinamento vaginale associati all'attività sessuale oltre a una maggiore esposizione alle infezioni.

La procedura eseguibile in ambulatorio medico prevede, dopo anestesia locale topica, l'infiltrazione di acido ialuronico nella mucosa vaginale, appena dopo l'apertura vaginale. L'acido ialuronico iniettato, poi, diffonderà e idraterà le pareti interne della vagina. Non è necessario alcun tempo di recupero e la donna continuerà con le normali attività della giornata. L'attività sessuale, invece, sarà ripresa dopo sette giorni. La durata del risultato è di 9-12 mesi, dopodiché è possibile ripetere il trattamento. La persistenza dell'acido ialuronico dipende dalla tecnica di impianto, dalla quantità iniettata e dalla soggettività della donna. Come ogni procedura medica può presentare delle complicanze. Alcune transitorie, per es. eritema, edema, dolore e sanguinamento. Altre che richiedono una terapia medica, per es. infezioni con formazione di ascessi, indurimenti, noduli o granulomi.

Per ampliare il punto G. Questo è il punto più controverso della ginecologia moderna, anche se largamente accettato dall'opinione pubblica. Si tratta di una zona particolarmente sensibile

Il ringiovanimento genitale

all'eccitazione, che si trova nella parete anteriore della vagina.

IL PUNTO G

Già nell'antico Oriente era conosciuta un'area intima femminile decisiva per il piacere sessuale: il "punto del sole". Anche in Occidente, nel '600 il medico olandese Reigner de Graaf riferiva la presenza di una zona, in prossimità della vagina, di particolare sensibilità erogena.

Nel 1950 il ginecologo tedesco Ernst Grafenberg descrisse un'area altamente erogena situata a livello della parete vaginale anteriore, lungo l'uretra, all'incirca a 6-8 cm dall'ingresso vaginale, che diventava particolarmente "gonfia" se stimolata sessualmente. Come riconoscimento a Grafenberg, che per primo lo descrisse, fu coniato il termine punto G. Successivi studi istologici non hanno identificato in tale area una maggior concentrazione di terminazioni nervose, ma hanno dimostrato una maggior densità di innervazione in tutta la parete vaginale anteriore rispetto a quella posteriore.

Nel 2008 il sessuologo italiano Emmanuele Jannini ha condotto uno studio su un gruppo di venti giovani donne, dove ha visualizzato il punto G utilizzando l'ecografia transvaginale. L'80% delle donne che dichiarava di avere orgasmi vaginali presentava un maggior ispessimento nella parete divisoria tra la vagina e l'uretra.

Il ringiovanimento genitale

Nel 2012 il ginecologo americano Adam Ostrzenski ha isolato anatomicamente il punto G. L'indagine è stata eseguita attraverso l'autopsia di un cadavere femminile di ottantatré anni. Il punto G, localizzato tra l'apparato genitale e quello urinario, ha la forma di un piccolo sacco lungo 8,1 mm, largo da 3,6 a 1,5 mm e alto 0,4 mm, con le pareti costituite da tessuto estensibile oltre 30 mm.

Il G-Spot Amplification (GSA) è un trattamento ideato dal ginecologo statunitense David Matlock che, tramite l'infiltrazione di acido ialuronico, permette l'ampliamento del punto G. L'obiettivo è di renderlo più consistente e facilmente rintracciabile al fine di stimolarlo adeguatamente durante un rapporto sessuale.

Il GSA è una tecnica mini-invasiva che si effettua in ambulatorio medico. Dopo un'anestesia locale topica o iniettiva si procede all'iniezione di acido ialuronico nella mucosa della parete vaginale anteriore. L'intero procedimento richiede 15-20 minuti. Non è necessario alcun tempo di recupero, la donna proseguirà con le normali attività quotidiane. L'attività sessuale, invece, sarà ripresa dopo 24 ore. Il risultato persiste mediamente per quattro mesi (anche se varia, da donna a donna, da tre a sei mesi). Questo trattamento può essere ripetuto più volte al fine di mantenere il beneficio per un maggior periodo. Uno studio preliminare conferma come l'87% delle donne sottoposte a questa tecnica segnala un aumento dell'intensità dell'eccitazione sessuale e della frequenza degli

Il ringiovanimento genitale

orgasmi vaginali, con una gratificazione sessuale più appagante. Come ogni procedura anche il GSA può presentare delle complicanze. Alcune sono risolvibili in poche ore o giorni, per es. eritema, edema, dolore e sanguinamento (simile a quello che si osserva dopo un prelievo di sangue). Altre richiedono una terapia medica, per es. infezioni con formazione di ascessi, indurimenti, noduli o granulomi. Infine sono possibili disturbi urinari, come l'urgenza e la frequenza minzionale, o disfunzioni sessuali, come la persistente consapevolezza del punto G.

LA SECCHENZA VAGINALE

La secchezza vaginale è un disturbo che interessa il 26% delle donne "over 50" e diventa più evidente con il trascorrere degli anni. Questo succede perché, durante la menopausa, la riduzione degli estrogeni influenza negativamente il trofismo vaginale: la mucosa diventa sottile, la secrezione vaginale, la lubrificazione e il flusso sanguigno diminuiscono, il pH vaginale aumenta e la vagina diventa meno elastica. La secchezza vaginale può associarsi ad altri sintomi che condizionano la qualità della vita, compresa la funzione sessuale: come, dolore durante i rapporti (dispareunia), prurito, bruciore e disagio presente anche in semplici attività quotidiane, come camminare.

Per il trattamento della secchezza vaginale, oltre ai detergenti specifici, ai lubrificanti, idratanti ed estrogeni vaginali, esistono due particolari soluzioni che mirano a ripristinare un adeguato ambiente vaginale.

Il ringiovanimento genitale

1. Le ***iniezioni vaginali di acido ialuronico***. L'acido ialuronico, in una specifica formulazione per tessuti vaginali, è in grado di trattare la secchezza vaginale associata alla dispareunia. Da un lato, svolge un'azione immediata, trattenendo acqua nei tessuti, dall'altro lato, nelle settimane successive, esercita una biostimolazione dei fibroblasti, che producono collagene ed elastina, attraverso la meccanica ripetuta dell'iniezione. Dopo aver applicato una crema anestetica, con un ago sottilissimo si eseguono delle microiniezioni nella mucosa vaginale. La seduta dura circa 10-15 minuti e l'effetto persiste per 9-12 mesi, poi si può ripetere.

2. L'***ospemifene***. Farmaco che appartiene ai modulatori selettivi dei recettori degli estrogeni (SERM), non contiene ormoni, ed è in grado di ripristinare il tessuto vaginale e migliorarne la lubrificazione. L'ospemifene è efficace non soltanto sul ritrovato trofismo vaginale ma, anche, come dimostrano dati recenti, a livello vulvare e questa duplice azione è responsabile del miglioramento della secchezza vaginale, del dolore durante i rapporti e della funzionalità sessuale nelle donne in menopausa. Il trattamento prevede l'assunzione di una compressa per via orale, ogni giorno. Non è controindicato nelle donne con storia di tumore al seno, ma solo dopo che sia stato completato il piano terapeutico per tale tumore.

Bibliografia

L'invecchiamento dei genitali esterni femminili. C.Paganotti. *dentroCASA*, novembre 2016.

Quante volte si dovrebbero lavare le parti intime e usando quale detergente? C.Paganotti. *VIVERSANIebelli*, 20 dicembre 2018.

Lubrificanti intimi. C.Paganotti. *ProfiloSalute*, settembre 2017.

Alla ricerca del punto G. C.Paganotti. *ProfiloSalute*, gennaio 2013.

Il mistero del punto G, realtà o invenzione. C. Paganotti. *Twiggy*, febbraio 2013

Secchezza vaginale. C.Paganotti. *ProfiloSalute*, settembre 2016.