



Con gli ormoni bioidentici, di origine naturale, restituisci sprint alla ghiandola che regola il tuo metabolismo. Così dici addio alla stanchezza e ai chili di troppo

AGF foto

C'È UNA NUOVA CURA PER LA tiroide pigra

Sono sei milioni le donne italiane che soffrono di ipotiroidismo. Un esercito tutto rosa, le cui fila crescono con l'avanzare dell'età, raggiungendo la massima diffusione tra i 45 e i 65 anni. Per ridare sprint alle loro tiroidi pigre, ora ci sono gli ormoni bioidentici estratti dalla ghiandola tiroidea del maiale. Si tratta di un preparato farmaceutico dal concetto innovativo, che promette di agire in maniera più completa, e con minori effetti collaterali, della *levotiroxina*. Ovvero del farmaco usato da decenni per rimpiazzare la carenza del T4, uno dei due principali ormoni secreti dalla tiroide (l'altro è il T3). «Al posto delle molecole ormonali sintetizzate in laboratorio, si può ricorrere a ormoni naturali al cento per cento. Un perfetto

fac-simile di quelli secreti dalla tiroide perché il maiale è il mammifero biologicamente più affine all'essere umano», spiega Ascanio Polimeni, specialista in psiconeuroendocrinologia. «Questa nuova formulazione, nota anche col nome di "tiroide secca", sta diffondendosi soprattutto nei Paesi del Nord Europa, da sempre molto attenti alle terapie naturali. Tant'è che lo stesso Ministero della salute olandese ha inserito la "tiroide secca" di derivazione suina nella farmacopea ufficiale, come valida alternativa alle classiche compresse di *levotiroxina*».

Agisce in modo più completo

I vantaggi rispetto alla terapia classica? Non si tratta del solito duello tra "sintetico" e "naturale". Gli ormoni bioidentici funzionano in maniera più fisiologica, mimando l'attività della nostra tiroide, perché non si limitano ad apportare l'ormone T4 ma anche piccole dosi di T3, il prezioso gemello secreto dalla nostra ghiandola a farfalla nascosta dietro il collo. «Normalmente la terapia dell'ipotiroidismo prevede solo il T4 perché spetta poi al nostro organismo convertirlo in T3, la sua frazione attiva», spiega ancora il dottor Polimeni. «Accade però che, alla prova di laboratorio, non tutte le donne riescano a convertire il T4 in T3, che resta comunque basso nonostante la pillolina quotidiana. Per contro gli endocrinologi tendono ad aumentare la dose di T4, nel

PERCHÉ MOLTE DONNE NON "CONVERTONO"?

Gli ultimi studi dimostrano che circa il 30% delle donne ipotiroidee non converte l'ormone T4 in T3. Spesso la colpa è dell'eccessivo aumento di un ormone, chiamato T3 reverse (tecnicamente un isomero, cioè una variante del T4), che raramente viene dosato sul sangue per valutare la funzionalità della tiroide. Si tratta, invece, di un'importante spia dei reali rapporti tra gli ormoni tiroidei, che andrebbe sempre misurata per capire qual è il tassello "zoppicante".

tentativo di stimolare la conversione, col rischio di andare incontro a effetti collaterali da sovradosaggio: tachicardia, ipertensione, mal di testa, nausea, insonnia e nervosismo. Le ragioni di questa mancata conversione, che avviene soprattutto a livello di alcuni tessuti quali il fegato, sono diverse (vedi box sopra). Ma di fatto non è raro riscontrarla tra le donne prossime o già in menopausa, quando il motore del nostro metabolismo (la tiroide, appunto) inizia a perdere i colpi. Ed è facile ritrovarsi stanche, gonfie, depresse e con diversi chili di troppo senza sapere il perché.

Contiene anche minerali

Fornendo il T3 nelle giuste proporzioni, la "tiroide secca" estratta dal maiale bypassa eventuali problemi di conversione e fornisce alla ghiandola tutti i "mattoncini" indispensabili per funzionare bene, regolare le funzioni vitali (pressione arteriosa, respirazione, attività cardiaca) e bruciare i grassi nel modo corretto. Altro plus che non guasta: la presenza, negli ormoni bioidentici, di preziosi minerali (zinco, magnesio, potassio, selenio, rame, iodio e ferro). Agendo da catalizzatori enzimatici, migliorano le performance non soltanto della tiroide ma di tutte le ghiandole neuroendocrine, che hanno bisogno di questi microscopici aiuti per funzionare al meglio. Specie se hai già superato la critica boa degli "anta".

Dove puoi trovarla

L'unico neo è che, al momento, la tiroide secca già pronta per l'uso è disponibile solo nelle farmacie del Vaticano, della Svizzera e di San Marino (oltre che negli altri Paesi europei). Si trova in quattro diverse formulazioni da 30, 60, 90 e 120 microgrammi. In attesa che arrivi sui banchi delle farmacie italiane, è però possibile farsi prescrivere dall'endocrinologo una preparazione galenica, da far realizzare dal farmacista. In fiale o compresse da assumere tutte le mattine, gli ormoni bioidentici vanno presi secondo un dosaggio personalizzato, in base al proprio grado di ipotiroidismo.

I 3 CLASSICI

I TEST DA FARE

Ecco gli esami indispensabili per avere un quadro completo di come la tua ghiandola funziona. Per i primi 4 serve un prelievo di sangue. Per gli altri 2 un campione di urine.

TSH

È l'ormone tireotropo secreto dall'ipofisi per stimolare la tiroide a lavorare bene. Il suo valore ideale è sotto i 2,5 mU/L. Uguale o sopra i 3 rivela un ipotiroidismo subclinico (che non si manifesta ancora con sintomi precisi) mentre oltre i 5 è ipotiroidismo conclamato.

FT3 e FT4

Sia il primo (triiodotironina) sia il secondo (L-tiroxina) hanno range di normalità che variano nei diversi laboratori. In generale se sono bassi svelano un ipotiroidismo già avanzato, mentre in quello subclinico sono normali o ai limiti inferiori della norma.

ANTICORPI

La presenza di anticorpi antitireoglobulina e antiperossidasi svela se è in corso una tiroidite autoimmune, che porta alla progressiva distruzione della tiroide e della sua funzionalità. In pratica, il tuo sistema immunitario l'agredisce.

T3 REVERSE

Per avere un buon metabolismo energetico e sentirsi in piena forma, questo ormone non dev'essere superiore a un ventesimo del T4. Se è in eccesso, blocca la conversione del T4 in T3 e frena, quindi, la tiroide che diventa sempre più pigra.

CORTISOLO

Noto come "ormone dello stress", va misurato nelle urine delle 24 ore. Se è troppo, significa che sei iperstressata (e la tua tiroide ne risente). Se, invece, è troppo basso rivela un esaurimento delle ghiandole surrenali. Anche in questo caso la tua tiroide funzionerà poco.

IODURASI

La tua tiroide non funzionerà mai bene se non le fornisci la giusta quantità di iodio, minerale che utilizza come materia prima per fabbricare i suoi ormoni. Va dosato nelle urine delle 24 ore. Lo iodio necessario a una donna non dev'essere inferiore a 150 mcg al giorno.

I 3 NUOVI

CONSULTA GRATIS IL NOSTRO ESPERTO



dott. Ascanio Polimeni

psiconeuroendocrinologo a Roma e a Milano

tel. 02-70300159
5 MAGGIO ORE 11-13