

Gli uomini sempre più ossessionati dal calo dell'ormone, responsabile di molti disturbi

Testosterone illusione di giovinezza

«DA PONDERARE L'USO DI FARMACI, NON BLOCCANO IL PASSARE DEL TEMPO»

Giorgio Franco
 Società italiana andrologia

IL CASO

In una "T" l'ultima ossessione degli uomini, degli ultracinquantenni convinti che, prendendo ormoni, possono ritrovare la muscolatura e la virilità perdute. La "T" sta per testosterone, un ormone del gruppo androgeno che, nei maschi, è deputato allo sviluppo degli organi sessuali e dei caratteri sessuali secondari come la barba, i peli, il timbro della voce e i muscoli. L'ultima moda, arrivata dritta dritta dagli Stati Uniti, è, appunto, quella di assumere testosterone per tornare indietro negli anni.

Oltreoceano è boom di integratori-elisir venduti anche al supermercato, da noi, invece, la libera vendita è proibita e ci si rivolge al mercato clandestino o on line. Mercato che, negli ultimi due anni, è andato via via crescendo.

Forze, desiderio sessuale e linea, anche nell'uomo, subiscono

delle variazioni pur non parlando di vera e propria andropausa. A partire dai 40 anni il testosterone subisce un calo dell'1% all'anno circa e può accadere (ma lo deve verificare un'analisi del sangue) che intorno ai 50-60 la quantità di ormone in circolo è così bassa da richiedere un'integrazione. Una condizione che si riscontra nel 10% della popolazione maschile tra i 40 e i 60 e nel 30% di quella tra i 60 e gli 80. «Esistono dei bassi livelli di testosterone - spiega Giorgio Franco presidente della Società italiana di andrologia - che possono essere considerati patologici. Tanto da procurare diversi effetti sull'uomo, da una diminuita forma fisica, a disturbi erettili e cognitivi fino alla depressione e all'osteoporosi - ma si tratta di un numero assai inferiore rispetto a quelli che chiedono di prendere farmaci per tornare come erano vent'anni prima. Il solo basso dosaggio non costringe ad un aiuto con i medicinali. Bisogna visitare

il paziente in tutta la sua interezza, da non dimenticare lo stato di salute della prostata. È chiaro che l'età vede calare il livello dell'ormone ma l'eventuale correzione va ponderata sulla base delle condizioni generali. Come ho detto, ci devono essere dei sintomi importanti, non è un elisir di giovinezza per portare indietro l'orologio del tempo».

BOOM NEGLI USA

Negli Stati Uniti il numero delle prescrizioni di testosterone è cresciuto dieci volte dal 2000 al 2011. Tanto che l'Ente americano di controllo dei farmaci ha lanciato l'allarme per l'infarto e l'ictus. «È una moda iniziata nelle palestre - è il commento di Luca Pani direttore generale dell'Agenzia italiana del farmaco, l'Aifa, - e si sta diffondendo anche fuori. Ci sono molti uomini di mezza età che si sono convinti che il testosterone aumenti la virilità e se lo fanno prescrivere ogni sei mesi».

Francesca Filippi

© RIPRODUZIONE RISERVATA

40

l'età in cui il testosterone comincia a calare dell'1% l'anno

5-7

i milligrammi di testosterone prodotti al giorno da un giovane

10%

degli uomini tra 40-60 anni avverte sintomi di "climaterio maschile"



▶ **ATTIVITÀ FISICA**

Limitare l'abbassamento dell'ormone è possibile attraverso l'attività sportiva, un paio di volte a settimana per non meno di trenta minuti

▶ **CONTROLLI PERIODICI**

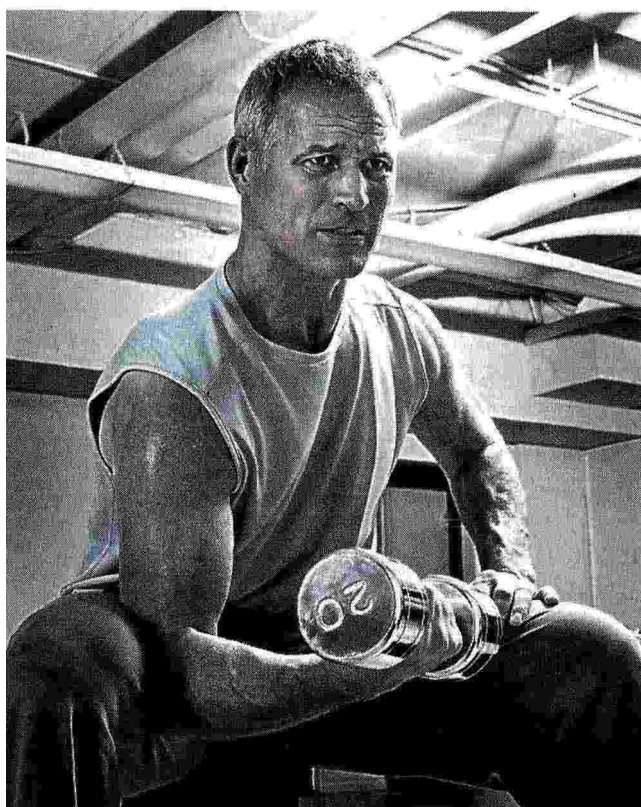
Controllare, dopo i 50, il sistema cardiovascolare ed un'eventuale presenza di osteoporosi (correlati a bassi livelli di testosterone)

▶ **DIMAGRIRE**

Chi vuole ritornare com'era si metta a dieta: calare 7-8 chili è inversamente proporzionale ad un aumento dell'ormone del 15%

▶ **EMOTIVITÀ**

Tenere sotto controllo le reazioni emotive e l'umore (specie l'aggressività) nel caso si assuma testosterone sotto controllo medico



IL FALSO OBIETTIVO

Ritrovare la virilità e la forza di un tempo: questo chiedono al testosterone gli uomini over 50