



SoLongevity.

Lifescience for Healthy Aging

Transizione menopausale: da SoLongevity un check-up per ridurre l'impatto fisiologico e psicologico nelle donne

Con l'esaurimento della protezione offerta dagli estrogeni e di altri ormoni chiave per la salute femminile, la menopausa altera la fisiologia femminile, influenzando la salute cardiovascolare, ossea, metabolica e il benessere psicologico.

Tra i sintomi più frequenti della menopausa si trovano vampate di calore, sudorazione notturna e insonnia, palpitazioni a riposo, disturbi dell'umore e secchezza vaginale, ma ciò a cui bisogna prestare particolarmente attenzione è l'incremento del rischio di sviluppo di patologie croniche dovuto all'esaurirsi della protezione estrogenica

Ottobre 2024 - La **transizione menopausale** rappresenta nella vita della donna un momento di **profondo impatto fisiologico e psicologico**, che può portare con sé l'insorgere di diverse problematiche. In particolare, con l'esaurimento della protezione offerta dagli estrogeni e di altri ormoni chiave per la salute femminile, la menopausa può influenzare la **salute cardiovascolare, ossea, metabolica e il benessere psicologico**. Tra i sintomi più frequenti della menopausa si trovano **vampate di calore, sudorazione notturna e insonnia, palpitazioni a riposo, disturbi dell'umore e secchezza vaginale**, ma ciò a cui bisogna prestare particolarmente attenzione è l'incremento del rischio di sviluppo di patologie croniche dovuto all'esaurirsi della protezione estrogenica.

Sebbene le donne siano meno soggette degli uomini al **rischio cardiovascolare**, questo vale in verità solo prima della menopausa. Infatti, nel momento in cui cessa l'attività ovarica, la frequenza della malattia cardiovascolare aumenta, in particolare dell'infarto del miocardio. Circa il 36% delle donne tra i 55 e i 64 anni¹ subisce una **riduzione dell'attività fisica a causa di una malattia coronarica**. Inoltre, la diagnosi di infarto è più complicata rispetto agli uomini, il che rende più difficile intervenire prontamente con un trattamento. La carenza di estrogeni può inoltre favorire l'**aumento del colesterolo totale e di quello cattivo (LDL) e diminuzione del colesterolo buono**, oltre all'aumento della pressione arteriosa e all'alterazione del metabolismo degli zuccheri.

Altri fattori di rischio sono legati invece agli stili di vita, come **fumo, alimentazione ed esercizio fisico**. Il primo, infatti, ha conseguenze sulla funzione ovarica e sulle malattie legate agli estrogeni stessi, come l'**osteoporosi menopausale**; l'alimentazione è altresì fondamentale per limitare la frequenza di malattie e tumori, motivo per cui è consigliabile seguire un regime alimentare che favorisca il consumo di frutta e verdura, cibi di stagione e non raffinati, ma anche tanta acqua e tisane. In ultimo, l'esercizio fisico ha un impatto

¹ <https://www.angelinipharma.it/aree-terapeutiche/igiene-e-cura-della-persona/salute-della-donna/menopausa/>



SoLongevity.

Lifescience for Healthy Aging

positivo sulla transizione menopausale: oltre a ridurre il rischio di osteoporosi e malattie cardiovascolari, **migliora significativamente l'umore della donna.**

Accompagnare le donne in menopausa: la soluzione di SoLongevity

In questo contesto si inserisce l'importanza della **medicina di genere**. Particolarmente sensibile ai temi che la riguardano e all'invecchiamento al femminile è **SoLongevity** (www.solongevity.com) - una delle realtà più innovative e avanzate sui temi della longevity medicine. In occasione della **Giornata Mondiale della Menopausa**, che ricorre il **18 ottobre**, SoLongevity ha sviluppato infatti il **Check-Up Femgevity**, un programma diagnostico avanzato pensato specificamente per le donne, che non solo valuta questi cambiamenti, ma offre anche un **accompagnamento completo e personalizzato** per gestire al meglio questa fase di transizione.

Il programma diagnostico mira infatti a **identificare le aree di attenzione** specifiche per ogni paziente, con particolare focus sulla salute ossea, cardiovascolare, metabolica e psicologica. Alla fine del percorso diagnostico, viene elaborata una versione personalizzata e approfondita del **Personal Longevity Book**, in cui vengono inserite raccomandazioni terapeutiche su misura per migliorare la qualità della vita e ottimizzare la salute durante e dopo la menopausa.

*"L'invecchiamento segue dinamiche completamente diverse nella donna rispetto all'uomo con una prima fase (premenopausale) in cui la donna è favorita dalla protezione estrogenica e una seconda fase (post menopausa) dove la mancanza degli estrogeni influenza in modo significativo tutti i meccanismi dell'invecchiamento, a livello sistemico fino all'epidermide dove parliamo di skin longevity. La ricerca SoLongevity ha fin dall'inizio dato una grande importanza a queste differenze sviluppando sistemi di misurazione calibrati sulla donna e interventi mirati gender specifici". - afferma **Alberto Beretta**, Direttore Scientifico di SoLongevity.*

Tecnologie, esami e valutazioni a sostegno della donna

Il Check-up Femgevity consta di una serie di **esami strumentali e valutazioni mediche avanzate**, specificamente pensate per la salute femminile. Tra queste si trovano le valutazioni del **Personal Trainer**, quella **Osteopatica** e quella del **Longevity Therapist**. Particolarmente importante per verificare cambiamenti ormonali e monitorare la salute della pelle è invece la **visita dermatologica**, unita all'**ecografia tiroidea** per monitorare lo stato della ghiandola spesso influenzata dagli squilibri ormonali. Di fondamentale importanza è poi la **visita ginecologica**, utile a monitorare gli effetti della menopausa sui diversi sistemi fisiologici e di come questa transizione impatti sulla salute e qualità di vita della donna.

Un elemento integrato all'interno del Check-up Femgevity è la **Strumentazione Posturale Ability**, per valutare in maniera avanzata la postura e gli squilibri corporei molto frequenti durante la transizione menopausale. Altri parametri valutati sono quelli **ematici**, oltre alla **misurazione dell'età biologica** attraverso **Grimage**, con il quale è inoltre possibile **monitorare i marcatori dell'invecchiamento**. In questo percorso, la paziente viene accompagnata e affiancata da un team di medici che lavora in sinergia per fornire una



SoLongevity.

Lifescience for Healthy Aging

valutazione accurata e approfondita della salute della donna, sia dal punto di vista fisico che psicologico. Ecco perché, durante la **fase di anamnesi**, vengono raccolte informazioni dettagliate su comportamenti, abitudini, familiarità e storia medica della paziente, funzionali ad arricchire i risultati del check-up.

*“L'utilizzo di tecnologie di ultima generazione non invasive, unita alle competenze mediche e specialistiche all'interno del percorso FemGevity consente di identificare punti di forza e debolezza della donna dove possiamo intervenire con estrema precisione cercando di riportarla in una condizione di equilibrio e di salute ottimale. Tra gli esami proposti, vi è innanzitutto la **DEXA** (Densitometria Ossea + Body Composition) per valutare la salute delle ossa e analizzare la composizione corporea. Viene inoltre misurato l'**HRV** (Heart Rate Variability), al fine di comprendere lo stato di salute del sistema nervoso autonomo e monitorare lo stress. Per controllare la salute del cuore e rilevare eventuali anomalie viene svolto un **ECG**. A chiudere il quadro, vi è poi il monitoraggio della funzionalità polmonare e la capacità respiratoria attraverso la **spirometria**.”* - commenta **Alberto Cerasari**, Direttore Sanitario e Longevity Doctor di SoLongevity.

Grazie alla combinazione di esami avanzati e consulenze multidisciplinari, il programma permette di **monitorare l'invecchiamento biologico, prevenire l'osteoporosi e altri disturbi legati alla menopausa, e affrontare con serenità i cambiamenti emotivi** che accompagnano questa fase.

SOLONGEVITY

SoLongevity (www.solongevity.com), acronimo di Science of Longevity, è tra le realtà più innovative e avanzate in Italia sui temi della longevity medicine. Nata nel 2018, opera nel settore della longevità **studiando i meccanismi dell'invecchiamento e lavorando sullo sviluppo di un innovativo approccio diagnostico, protocolli di ringiovanimento fisiologico e nuove formulazioni nutraceutiche** nell'area della medicina della Longevità. Il team di ricerca è diretto dal cofondatore e Presidente, l'immunologo Alberto Beretta.

I prodotti nutraceutici sviluppati da SoLongevity hanno target specifici nei meccanismi cellulari dell'invecchiamento e la loro efficacia viene misurata con tecnologie innovative che analizzano i suddetti meccanismi.

SoLongevity ha come obiettivo ultimo quello di trasferire le conoscenze acquisite nell'ambito dell'invecchiamento cellulare alla realtà clinica, per aumentare la possibilità di ciascuno di vivere a lungo e in salute. SoLongevity è l'unica azienda italiana entrata a far parte del **National Innovation Center for Aging** (NICA) in UK. Può contare inoltre su una rete di collaborazioni con poli di ricerca e importanti università a livello internazionale, fra i quali la **Clock Foundation** (USA) fondata dal dott. Steve Horwath, padre dei moderni orologi biologici epigenetici.

SoLongevity ha posto al centro della propria proposta di salute il **metodo Precision Longevity™**: applicando la Science of Longevity ai principi della medicina di precisione è possibile offrire già oggi una proposta clinica e nutraceutica efficace, accessibile, costruita sulla persona e su misura per la società che verrà.

Nel 2024 SoLongevity ha aperto la prima SoLongevity Clinic a Milano.

Web - Solongevity.com



SoLongevity.

Lifescience for Healthy Aging

LKD - SoLongevity - <https://www.linkedin.com/company/solongevity>

IG - SoLongevity - <https://www.instagram.com/solongevity/>

FB - Longevità Scienza e Salute - facebook.com/longevita.scienza.salute.solongevity

FB - Immunologia Oggi - Dr. Alberto Beretta - facebook.com/alberto.beretta.immunologo

Ufficio stampa SoLongevity

Disclosers

Daniela Monteverdi - + 39 349 3192268

press@solongevity.com

Caterina Vertaldi - + 39 348 5441424

caterina.vertaldi@disclosers.it

Melissa Casula - + 39 349 0942067

melissa.casula@disclosers.it