



CANDIDA VAGINALE

UN INTIMO DISTURBO

È una delle infezioni vaginali più frequenti: si calcola che circa il 75% delle donne in un qualche momento della vita fertile incorra almeno una volta in questo disturbo e circa il 50% ne soffra 2 o 3 volte. È frequente nelle donne tra i 20 e i 40 anni, mentre è rara in menopausa.

La candidosi (o candidiasi) è un'infezione causata da funghi appartenenti al genere *Candida*. L'agente responsabile della maggior parte dei casi è la *Candida albicans*, un fungo naturale componente della flora microbica vaginale, ma anche della mucosa del cavo orale e della porzione terminale dell'intestino. In condizioni normali, i "batteri buoni" costituenti la flora batterica vaginale (*vedi box*) sono in grado di prevenire la sua proliferazione patologica; tuttavia, alcune situazioni possono compromette-

re questi meccanismi di difesa e portare all'infezione nella forma clinicamente manifesta.

Una delle cause più frequenti è l'assunzione prolungata di antibiotici che comporta una alterazione del normale microbiota vaginale. Fattori predisponenti sono legati all'abbassamento delle difese immunitarie, come ad esempio in caso di terapie con farmaci immunosoppressori o cortisonici, oppure a particolari patologie, ad esempio il diabete poiché l'elevata concentrazione

Il microbiota vaginale

Come l'intestino e la pelle, l'ambiente vaginale è abitato da miliardi di microrganismi, che nel complesso si definiscono "microbiota", essenziali per la salute della donna. Oggi sappiamo che l'ecosistema vaginale è un ambiente estremamente dinamico, in cui i microrganismi convivono in equilibrio tra loro e con l'organismo che li ospita (eubiosi).

La sua composizione varia nel corso della vita della donna, risentendo principalmente delle variazioni ormonali. Durante l'infanzia e fino al raggiungimento della maturità sessuale, il pH vaginale è alcalino (6-8) e la flora batterica è costituita prevalentemente da una popolazione microbica mista (es. stafilococchi, streptococchi, corinebatteri, *Escherichia Coli*).

Dalla pubertà e per tutto il periodo fertile fino alla menopausa, invece, la donna acquisisce una tipica microflora dominata da lattobacilli che costituiscono da soli il 90-98% della flora batterica vaginale.

I lattobacilli svolgono un ruolo chiave nella difesa immunitaria poiché, grazie alla produzione di acido lattico, mantengono un ambiente acido (pH 3,8- 4,4) che ostacola lo sviluppo di microrganismi diversi provenienti dall'esterno.

di zuccheri nel sangue favorisce la proliferazione del fungo.

Anche le situazioni di stress o alcune abitudini scorrette di igiene personale possono contribuire all'insorgenza di candida: un uso eccessivo di detergenti intimi e lavande vaginali può causare irritazione e favorire la proliferazione del fungo.

COME SI MANIFESTA?

Il sintomo caratteristico dell'infezione da candida è il prurito intimo, spesso accompagnato anche da bruciore, gonfiore e alterazione delle secrezioni vaginali. Normalmente, infatti, la vagina produce delle secrezioni mucose fluide, biancastre e inodori che hanno la funzione di tenere pulito l'ambiente vaginale.

In caso di infezione da candida, invece, queste perdite hanno un aspetto più



denso, simile a ricotta. In certi casi può manifestarsi anche dolore durante i rapporti sessuali (dispareunia) oppure durante la minzione (disuria). Il pH vaginale rimane generalmente inalterato (4-4,5).

Un'accurata anamnesi ed un esame obiettivo di solito consentono la diagnosi di candidosi; tuttavia, quando i sintomi sono ricorrenti o non rispondono alle cure, il medico può richiedere specifici test di laboratorio, come l'esame microscopico dopo tampone vaginale.

COSA FARE?

Per debellare l'infezione da candida si utilizzano farmaci antimicotici (es. clotrimazolo, miconazolo, econazolo) in grado di agire in maniera specifica contro il fungo. Quando si manifesta in forma non complicata, si utilizzano trattamenti da applicare direttamente in vagina, sotto forma di creme,



ovuli, soluzioni o gel medicati. A seconda del principio attivo possono essere indicati trattamenti più o meno lunghi (da 1 a 10 giorni). Sono farmaci generalmente ben tollerati: gli effetti indesiderati si limitano a sporadici fenomeni di irritazione locale e ipersensibilità (bruciore, eritema e prurito). In caso di infezione complicata (ad esempio se i sintomi persistono o se compare in gravidanza), il medico può prescrivere anche un trattamento antimicotico per bocca.

Pur non essendo considerata una infezione a trasmissione sessuale, la candida può essere trasmessa per via sessuale; per questo, specialmente in caso di infezione ricorrente, può essere opportuno anche il trattamento del partner. Nella maggior parte dei casi, nell'uomo l'infezione da candida si manifesta in forma asintomatica, tuttavia talvolta può essere responsabile di infiammazione nella zona del pene.

PREVENZIONE: CONSIGLI PER L'IGIENE INTIMA

Accanto al trattamento farmacologico è fondamentale fare attenzione all'igiene intima, adottando alcuni accorgimenti utili anche per prevenire reinfezioni o infezioni di altra natura:

- utilizzare lavande vaginali solo in situazioni particolari e non per l'igiene quotidiana: eliminando le secrezioni vaginali, possono facilitare l'attecchimento delle infezioni;
 - usare biancheria intima comoda e di cotone per evitare l'aumento della temperatura e dell'umidità.
- evitare un'eccessiva igiene intima: utilizzare troppo spesso prodotti detergenti potrebbe alterare le naturali difese immunitarie e la flora microbica vaginale;
 - utilizzare preferibilmente detergenti acidi e asciugarsi accuratamente dopo ogni lavaggio;
 - evitare l'utilizzo di deodoranti spray, profumi: potrebbero causare irritazioni;

