

Notizie al femminile

di **Monica Faganello**, farmacista

Uomini e donne rispondono ai farmaci in maniera differente, hanno un sistema immunitario che non reagisce nel medesimo modo agli stimoli esterni e sono soggetti in misura diversa all'insorgenza di determinate patologie.

La medicina di genere, prima ancora di essere una scienza, è quindi una forma di sensibilità che si contrappone a una ricerca scientifica da sempre abituata a pensare alla donna come a un "piccolo uomo".

Questa rubrica si propone di fornire le notizie più importanti riguardanti la salute e il benessere femminile; si farà riferimento ai temi trattati nelle più recenti conferenze stampa, alle iniziative di genere, alle campagne medico-informative, alle nuove ricerche, ai farmaci, ai trattamenti e ai centri di elezione per la cura delle patologie femminili.

L'OMEOPATIA E' DONNA

Le donne italiane guardano positivamente alla medicina omeopatica: oltre il 70 per cento ha avuto un'esperienza positiva con l'omeopatia, nella maggior parte dei casi per far fronte alle malattie influenzali e da raffreddamento o per rafforzare le difese immunitarie.

Tuttavia, nonostante l'utilizzo diffuso dei medicinali omeopatici, meno di una donna su cinque si ritiene adeguatamente informata sul tema.

Sono questi alcuni dei risultati della ricerca condotta dall'Osservatorio Nazionale sulla salute della Donna (O.N.Da) su un campione di 1.000 donne, di età compresa tra i 25 e 54 anni.

“L'indagine condotta su un campione nazionale di 1000 donne - sottolinea Francesca Merzagora, presidente di O.N.Da - illustra come le donne italiane che acquistano medicinali omeopatici, considerati essenzialmente prodotti naturali, lo facciano principalmente per se stesse e su consiglio di una figura medica o del farmacista. Il 65 per cento delle intervistate si dichiara d'accordo in merito all'ancora troppo scarso riconoscimento dell'omeopatia, mentre il 37 per cento considera problematica l'assenza del foglietto illustrativo nella confezione, che ne favorirebbe un più facile ed efficace utilizzo. I medicinali omeopatici sono percepiti come un'opportunità terapeutica nel trattamento di numerose patologie quali influenza, disturbi del sonno e allergie stagionali. Sotto

la spinta di tale percezione l'integrazione fra omeopatia e allopatia si sta rafforzando anche in altri ambiti. È il caso per esempio dell'oncologia, dove i preparati omeopatici sono utilizzati a supporto nel mitigare gli effetti collaterali delle cure antitumorali e aiutare a migliorare la qualità di vita del paziente”.

"Anche i dati che raccogliamo ogni giorno dietro il banco della farmacia – afferma Manuela Bandi, farmacista titolare a Milano e membro del Consiglio Direttivo di Federfarma Lombardia - confermano quanto emerso da quest'ampio e accurato studio. Sicuramente sono soprattutto le donne ad avvicinarsi all'omeopatia e lo fanno tramite un consiglio mirato che normalmente arriva dal farmacista per le patologie più lievi e dal medico per le terapie più complesse o croniche. Questo dipende in gran parte dal fatto che raramente l'omeopatia viene apprezzata per l'automedicazione, ma richiede una conoscenza approfondita del prodotto ed ancor di più un'analisi della persona, la quale deve essere disposta a descrivere i sintomi del momento ma anche le sue caratteristiche peculiari. Questo atteggiamento appartiene da sempre al mondo femminile, che si fa inoltre carico degli altri, siano essi genitori anziani, mariti o figli. Questo “viaggio” nell'omeopatia - continua la dottoressa Bandi - da chiunque sia compiuto, porta migliori risultati se fatto da una mano esperta e di fiducia: in questo senso, la farmacia, grazie alla diffusione capillare sul territorio ed il suo personale oggi sempre più preparato e attento, vuole essere un ottimo compagno al quale rivolgersi”.



DONNE ITALIANE E SALUTE: UNA FOTOGRAFIA INCORAGGIANTE

*Aumenta l'aspettativa di vita per le donne italiane
anche se il divario tra i generi continua a ridursi*

Questo il quadro emerso nel Libro bianco curato dall'Osservatorio Nazionale sulla Salute della Donna: l'analisi trasversale degli indicatori "al femminile" documenta che lo stato di salute delle donne è complessivamente buono, anche se permangono, tra macroaree geografiche e singole regioni, marcate differenze in termini di distribuzione del benessere, accessibilità e appropriatezza dei servizi offerti, con il Meridione e le Isole in posizione nettamente più svantaggiata rispetto al Centro e al Nord. Conoscere lo stato di salute delle donne evidenziando le criticità, individuando le differenze regionali e identificando le necessità di carattere sanitario-assistenziale, è prioritario per promuovere una medicina di genere. "Il quadro che emerge da questo volume -dichiara il professor Walter Ricciardi, Direttore del Dipartimento di Sanità Pubblica, Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma- evidenzia una condizione di benessere fisico complessivamente buona della popolazione femminile, ma rileva l'urgenza sia di promuovere campagne preventive più mirate e politiche socio-sanitarie in grado di assicurare il mantenimento e il miglioramento delle generali condizioni di salute, sia di favorire il potenziamento e/o l'adeguamento dell'offerta dei servizi, spesso insufficienti e poco rispondenti alle esigenze dell'utenza". "Sostenibilità del Servizio Sanitario Nazionale e accessibilità ai farmaci innovativi – afferma Massimo Scaccabarozzi, Presidente Farindustria – sono alcuni dei temi contenuti nel Libro bianco. Aspetti collegati fra loro. I farmaci innovativi sono un'opportunità per tutti i pazienti, non solo le donne, e un investimento per il SSN perché rendono non necessari molti interventi chirurgici. Da parte sua, l'industria farmaceutica è sempre più impegnata per favorire la medicina di genere, correttamente intesa e promossa. Nel mondo oggi si contano più di 850 farmaci in sviluppo per le malattie che colpiscono il genere femminile. Anche in Italia cresce il numero degli studi clinici che coinvolgono solo donne, la maggior parte dei quali nell'area oncologica. Dati che testimoniano l'impegno del settore, ma non ci inducono ad accontentarci".

VIOLENZA DOMESTICA: UNA CAMPAGNA PER SENSIBILIZZARE I MEDICI

Si chiama "VIOLA", la prima campagna nazionale di sensibilizzazione sulla violenza domestica rivolta ai medici di famiglia.

Le donne vittime di violenza domestica nel nostro Paese sono circa 15.000 ogni anno, ma solo il 30 per cento parla con il proprio medico di famiglia della violenza subita perché ritiene che il medico non se ne occupi o che non sia informato sul tema.

Le conseguenze di una violenza possono essere devastanti poiché la vittima corre un rischio doppio di depressione, abuso di alcol e psicofarmaci, e, anche se liberata dal proprio aggressore, continua a percepire, in molti casi, la propria salute come negativa.

Il progetto "VIOLA" prevede la distribuzione di un opuscolo informativo a 30.000 camici bianchi per evitare che la mancata conoscenza e la sottovalutazione del fenomeno induca i professionisti a ignorare i segnali d'allarme. È importante che il medico di famiglia diventi sentinella di allarme di una violenza, praticando lo screening su eventuali abusi e facendo emergere il problema attraverso il colloquio clinico, per poi registrarlo nella cartella informatizzata. Inoltre deve essere in grado di aiutare le pazienti fornendo loro informazioni sulle reti di sostegno locale (numero verde, centri antiviolenza) e sensibilizzare attraverso l'esposizione nella sala d'aspetto di poster informativi con i riferimenti delle organizzazioni locali preposte all'aiuto.

Nel 2012 in Italia sono state uccise 124 donne. La grande maggioranza delle violenze compiute avviene fra le mura di casa da uomini con i quali le vittime hanno o hanno avuto un legame profondo: nel 60 per cento dei casi, infatti, l'autore della violenza è il partner e nel 20 per cento l'ex partner. Nel 63 per cento dei casi il reato si è consumato in casa o della vittima o di un familiare.

Realizza il tuo sogno di avere un bambino

Dai una mano alla natura, individuando i tuoi giorni ottimali per rimanere incinta



Una volta presa la decisione di avere un bambino, l'impazienza potrebbe prendere il sopravvento. Dopo tutta la pianificazione che la decisione di cambiare stile di vita e costruire una famiglia comporta, non vedi l'ora di goderti il primissimo sorriso del tuo bambino.

Per aiutarti a realizzare il tuo sogno, Clearblue, uno dei marchi leader a livello mondiale nei test di gravidanza e fertilità "per uso domestico", ha lanciato il nuovo Test Digitale di Ovulazione con Doppio Indicatore Ormonale, un test in grado di identificare i quattro giorni ottimali per concepire, per aiutarti a rimanere incinta serenamente e senza stress.

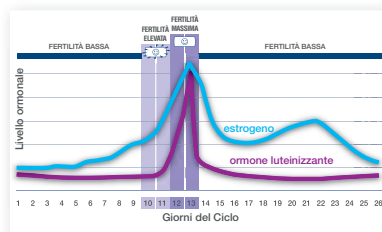
Qual'è il momento giusto per te?

Ogni donna è diversa dall'altra e anche la durata del suo ciclo varia, il che vuol dire che una coppia su due potrebbe provare a concepire nel momento sbagliato; adesso, però, hai un utile strumento a portata di mano.

Per aiutarti a identificare il tuo perio-

do fertile durante ogni ciclo, il nuovo Test Digitale di Ovulazione con Doppio Indicatore Ormonale Clearblue, traccia due ormoni della fertilità. Rileva l'aumento di ormone luteinizzante (LH) 24-36 ore prima dell'ovulazione, per identificare i giorni di fertilità "massima" e rileva anche l'aumento degli estrogeni qualche giorno prima dell'ovulazione, per individuare giorni addizionali di fertilità "elevata".

Il nuovo Test Digitale di Ovulazione con Doppio Indicatore Ormonale Clearblue ti offre l'opportunità di conoscere meglio il tuo periodo fertile, e sentirti più rilassata, per goderti il tuo viaggio verso la gravidanza.



Miti e verità sulla fertilità

Se vuoi avere una bambina mangia latticini, se invece vorresti un maschietto mangia carne rossa e cibi salati

Falso: Un mito di altri tempi. L'eccesso di sale e la riduzione dell'apporto di calcio possono causare problemi di salute durante la gravidanza.

È meglio restare sdraiate dopo un rapporto sessuale

Vero: Potrebbe aiutare. Nell'ambito di uno studio olandese è stato riscontrato che le possibilità di concepimento aumentano quando la donna rimane sdraiata dopo l'inseminazione artificiale. I ricercatori hanno calcolato che il 27% delle donne che rimane sdraiata per 15 minuti dopo la procedura rimane incinta rispetto al 17% delle donne che si alzano.

Una volta avuto un bambino, non avrai problemi a concepire di nuovo

Falso: Non vi è modo di saperlo. Infatti, alcune coppie impiegano più tempo a concepire la seconda o terza volta, per ragioni varie. Sarai più avanti con l'età e avrai sicuramente meno tempo per avere rapporti spontanei con il tuo partner e potresti anche avere un partner diverso. Se hai meno di 35 anni e da un anno tenti di concepire, consulta il tuo medico (sei mesi se hai più di 35 anni).

L'assunzione di alcolici riduce la fertilità maschile

Vero: L'alcool può ridurre la fertilità sia negli uomini che nelle donne.

Devi avere rapporti sessuali tutti i giorni

Falso: Sapere qual è il periodo fertile, che include sia i giorni dell'ovulazione che quelli immediatamente precedenti, ti dà maggiori possibilità di rimanere incinta naturalmente e più rapidamente.



Il nuovo Test Digitale di Ovulazione con Doppio Indicatore Ormonale Clearblue è un semplice test dell'urina, disponibile in confezioni da 10 stick (per un mese) e da 20 (per due mesi), un numero sufficiente per consentirti di rilevare i tuoi giorni fertili.



Il display mostra uno "smile", cioè un faccino sorridente, nei giorni di fertilità "elevata" e "massima", offrendoti una risposta inequivocabile. Approfitta del "sorriso" nel tuo viaggio verso una gravidanza.





RICOSTRUZIONE DEL SENO: L'AUTOTRAPIANTO MADE IN ITALY

Il Centro Nazionale Trapianti ha validato come procedura consolidata nella pratica clinica internazionale l'autotrapianto di tessuto adiposo per la ricostruzione del seno in alternativa all'impiego di protesi, così come eseguito dal dottor Gino Rigotti presso la Casa di cura San Francesco di Verona.

L'autotrapianto di tessuto adiposo permette di ottenere un seno perfettamente biocompatibile, con mantenuta sensibilità e dall'aspetto naturale, e costituisce una soluzione che risponde alle esigenze anche psicologiche delle pazienti mastectomizzate per tumore al seno. L'innesto di tessuto adiposo autologo consiste nel prelievo e nell'immediato reimpianto di grasso da una sede anatomica all'altra della stessa paziente, al fine di ridefinire il profilo morfologico di specifiche aree. Nell'ambito della mastoplastica, la metodica ha quattro indicazioni: ricostruire la mammella dopo l'asportazione di un tumore, sia in caso di quadrantectomia sia di mastectomia completa; aumento del volume in un seno normale; rimodellamento della mammella per porre rimedio a deformità congenite o acquisite. "Rispetto ad altre tecniche, l'innesto di tessuto adiposo autologo presenta una serie di vantaggi", ha affermato il dottor Rigotti, Responsabile Chirurgia Ricostruttiva ed Estetica presso la Casa di cura San Francesco. "Mentre le protesi rimangono un corpo estraneo e rigido nel seno della paziente e oltre un certo numero di anni vanno sostituite, il grasso innestato è assolutamente biocompatibile, conferisce un aspetto più naturale alla mammella ricostruita, ne preserva la sensibilità e, una volta concluso l'iter ricostruttivo, il risultato è stabile per il resto della vita e segue le variazioni del peso corporeo. Le precedenti metodiche di trapianto autologo, che utilizzavano lembi di cute e grasso prelevati dall'addome, avevano invece il problema di lasciare nella zona donatrice grandi cicatrici. Il prelievo e il reimpianto di grasso avvengono mediante cannule molto sottili, che permettono di superare tale inconveniente. Per questi motivi, sono molte le pazienti che decidono di abbandonare le altre soluzioni: il 70 per cento degli interventi che eseguono sono di 'conversione' da protesi all'innesto di tessuto adiposo".

Per ottimizzare l'esito dell'intervento ed evitare che il tessuto trapiantato vada incontro a necrosi, è essenziale che il grasso collocato nella nuova sede sia adeguatamente esposto alla circolazione del sangue. A tale proposito, le iniezioni di adipe devono essere di piccole quantità e diluite nel tempo. Nella mastoplastica additiva in un seno normale una seduta può essere sufficiente; nella ricostruzione post mastectomia sono necessarie più sedute, a seconda del volume del seno da ricostruire. Ancora più numerose possono essere le sedute necessarie dopo danno da radioterapia. Ogni intervento si esegue in anestesia locale e sedazione, con pochi giorni di decorso postoperatorio.

Grazie alla "Rigottomia" – tecnica messa a punto da Rigotti che da lui prende il nome – l'autotrapianto di tessuto adiposo è stato ulteriormente perfezionato: nella sede ospite vengono effettuate delle microincisioni che danno vita a una sorta di maglia tridimensionale, all'interno della quale il grasso s'innesta più efficacemente ed è meglio vascolarizzato.

LA DIFFERENZA CHE DÀ VALORE ALLA TUA FARMACIA





IPERTENSIONE VERA MINACCIA PER IL GENTIL SESSO

Ricercatori americani invitano a prestare più attenzione e ad intervenire più tempestivamente qualora l'ipertensione interessi il gentil sesso.

Secondo un'equipe del Wake Forest Baptist Medical Center, infatti, esistono significative differenze nei meccanismi che causano la pressione alta nelle donne rispetto agli uomini, che di fatto comportano un maggior rischio tra le prime. La ricerca ha preso avvio dall'evidenza che se nel corso degli ultimi 20 o 30 anni si è assistito ad un calo significativo della mortalità cardiovascolare negli uomini, lo stesso non è avvenuto nelle donne, per le quali la malattia cardiaca è invece diventata la principale causa di mortalità negli Stati Uniti. Da uno studio comparativo condotto su

100 uomini e donne con almeno 53 anni, affetti da ipertensione non trattata e altre malattie importanti, è emerso a parità di livello di ipertensione, un'incidenza superiore di problemi vascolari tra le donne (nella misura del 30% - 40% in più rispetto agli uomini). Tali risultati invitano ad un maggior impegno nella comprensione delle basi specifiche dell'ipertensione nel genere femminile, così da poter mettere a punto trattamenti mirati ed efficaci per questa fetta di popolazione di fatto più vulnerabile.

Da: Therapeutic Advances in Cardiovascular Disease



☎ 328.1899316 ✉ chiaraesperti@hotmail.com
StudioArchCi Eur - Roma

CONFORMITÀ CATASTALE

Variazioni e pratiche catastali per modifiche da effettuare sulle planimetrie dell'immobile, negozio o appartamento, sugli identificativi o su altri dati in seguito ad una successione, ad una ristrutturazione o per sanare lavori effettuati senza autorizzazione.

CERTIFICAZIONE ENERGETICA DEGLI IMMOBILI

Certificazione energetica di appartamenti, negozi, edifici per uffici. L'ACE è obbligatorio in caso di compravendita ed affitto. L'attestato di certificazione energetica informa il cittadino, descrive il consumo di un immobile per il riscaldamento invernale e per la produzione di acqua calda sanitaria e consiglia soluzioni per la riqualificazione energetica.

PRATICHE DI RICHIESTA DI AGIBILITÀ DI UN IMMOBILE O ATTIVITÀ COMMERCIALE

Il certificato di agibilità è un documento che viene presentato in sede di rogito al momento della compravendita. Tuttavia se l'immobile non ne fosse dotato la vendita è pienamente regolare. Negli ultimi anni alcune sentenze e la prassi dei notai sono indirizzati ad aumentare la richiesta del certificato di agibilità in sede di rogito. È importante che le parti dichiarino nell'atto la conoscenza riguardo l'eventuale mancanza del certificato.

PRATICHE EDILIZIE, NULLAOSTA USL, AUTORIZZAZIONI, PERMESSI

Assistenza al rilascio di permessi per ristrutturazioni di immobili e ASSISTENZA ALL'APERTURA DI UNA NUOVA SEDE FARMACEUTICA, CON TUTTI I DOCUMENTI NECESSARI TECNICI:

- Perizia giurata attestante la distanza dalle altre farmacie ai sensi della Legge 362/91;
- Planimetria dei locali con evidenziate le vie ed i numeri civici;
- Parere igienico-sanitario preventivo sul progetto, emesso dal SISP;
- Certificato di agibilità dell'edificio o richiesta inoltrata al Comune;
- Dichiarazione che non sono state apportate modifiche strutturali all'interno dei locali della farmacia, all'entrata in vigore del D.P.R.380/01 ai sensi dell'art. 24, di cui a i commi 1 e 2 dello stesso D.P.R.;
- Dichiarazione asseverata a firma congiunta del tecnico che ha effettuato i lavori e del titolare/socio della sede farmaceutica contenente;
- Permessi e nullaosta USL.

RISTRUTTURAZIONE E ARREDAMENTI DI INTERNI E DIREZIONE LAVORI.



Studio 3 Farma

integratori alimentari

**Produzione conto terzi
preparazioni personalizzate
per farmacie**

**sciroppi
compresse e tavolette
capsule
bustine
soluzioni**

**oli essenziali
tinture madri
gemmoderivati
spray orali e nasali
perle**

Affidati alla Natura