



OSPEDALI ROSA: UNA REALTÀ IN CRESCITA

Nonostante la grave crisi economica e finanziaria e i conseguenti tagli alla Sanità, sono 224 le strutture ospedaliere che hanno conquistato i Bollini Rosa di O.N.Da, l'Osservatorio Nazionale sulla salute della Donna, distinguendosi per i servizi e l'attenzione verso le donne. Quarantotto di queste hanno ottenuto il massimo riconoscimento con una netta prevalenza al Nord (in particolare la Lombardia con settantacinque strutture premiate) ma anche centro e sud dell'Italia. I requisiti per ottenere i premi sono da quest'anno cambiati e divenuti più rigidi: si è cercato di valorizzare soprattutto l'appropriatezza del percorso diagnostico terapeutico, con particolare attenzione al percorso della maternità e alle caratteristiche psico-fisiche della donna anche in questo periodo della vita. Importanti requisiti per l'assegnazione dei Bollini Rosa sono: ambienti protetti e servizi per il parto e per l'assistenza psicologica e psichiatrica delle future mamme, presenza di pubblicazioni scientifiche, studi e ricerche di eccellenza, produzione di opuscoli informativi, attività interne di associazioni di pazienti e punti di ascolto per le madri adolescenti ma anche altri piccoli servizi come la disponibilità di parcheggi dedicati alle donne, servizi igienici separati, menù dedicati al rispetto religioso, mediatori culturali femminili. A disposizione delle donne c'è ora anche un sito internet dedicato (www.bollinirosa.it), attivo dal primo gennaio 2012, dove è

possibile consultare e scaricare la guida interattiva ed esprimere il gradimento sui servizi offerti dagli ospedali segnalati. Sarà inoltre attivata a breve una Linea Rosa telefonica, per ricevere informazioni sui servizi degli ospedali premiati. Grazie a un accordo con Federfarma le 17 mila farmacie aderenti aiuteranno la popolazione femminile a trovare "l'ospedale amico delle donne" più vicino a loro. L'iniziativa oltre a sensibilizzare le strutture ospedaliere alla creazione di reparti e servizi a "misura di donna" contribuisce ad avviare un costante processo di sensibilizzazione della sanità italiana al genere femminile nel suo complesso: servizi, attenzioni, cure, aiuto, rispetto.

TUMORE AL POLMONE: BOOM AL FEMMINILE

Secondo l'Aiom, ci troviamo in una situazione di massima allerta per una patologia in continuo incremento. Sempre più donne italiane fumano e sempre più si ammalano di tumore del polmone. Nel 2011 si sono verificati 9.500 nuovi casi al femminile. Dal 1990 abbiamo assistito a una crescita costante del 2 per cento l'anno, con un più 40 per cento in un solo ventennio, direttamente proporzionale all'incremento delle fumatrici. Oggi questa neoplasia è la sola in aumento, con 38.000 nuovi malati nel 2011 e una sopravvivenza che, invece, non mostra miglioramenti significativi. «È una vera emergenza che deve vederci im-

peginati tanto sul fronte della ricerca che su quello della prevenzione», afferma il prof. Carmelo Iacono, presidente della Fondazione Aiom (Associazione italiana oncologia medica). Il fumo rappresenta, inoltre, un fattore di rischio anche per altre importanti neoplasie, dal seno al colon retto. Per riuscire a vincere questa sfida di genere dobbiamo puntare sui giovani oncologi: per questo l'Aiom ha promosso un progetto di borse di studio che, per la prima volta, prevede stage non all'estero ma nelle strutture di riferimento del territorio nazionale. L'iniziativa è interamente made in Italy e prenderà il via da gennaio 2012.

LA PILLOLA CHE CURA LA DISMENORREA

Per la prima volta uno studio scientifico, condotto dall'Università di Göteborg e pubblicato su Human Reproduction, dimostra che la pillola contraccettiva è in grado di alleviare il dolore mestruale.

Fino a oggi la pillola è stata prescritta in prevalenza come anti-concezionale oppure per trattare disturbi ormonali, per risolvere problemi di acne o nella terapia per patologie come la sindrome da ovaio policistico o l'endometriosi. Grazie a questo studio trentennale, che ha coinvolto 2102 donne reclutate dal 1981, i ricercatori hanno provato che «c'è una differenza significativa nella gravità del dolore da dismenorrea a seconda che le donne usino o no la pillola contraccettiva», ha spiegato Ingela Lindh, ricercatrice nello studio in questione. La dismenorrea è una condizione dolorosa che colpisce tra il 50 e il 75 per cento delle giovani donne nel periodo mestruale. Essere riusciti a dimostrare che è possibile curarla, attraverso l'uso della pillola, costituisce un passo importante per l'inserimento della dismenorrea come indicazione terapeutica ufficiale della pillola contraccettiva. Finora, infatti, la prescrizione della pillola per la dismenorrea è off-label e, di fatto, non avviene.

CARENZE NUTRIZIONALI: ALLARME ROSA

Un'alimentazione sana ed equilibrata è alla base di uno stile di vita corretto che, a sua volta, contribuisce a ridurre i fattori di rischio e permette di raggiungere e mantenere uno stato di benessere. Purtroppo, la donna moderna trascura molto la sua alimentazione, complice uno stile di vita che le impone ritmi stressanti: tra la gestione della casa, del lavoro e dei figli rimane poco o nessuno spazio per lei, per curare il suo benessere fisico e psichico. Di conseguenza, la donna salta i pasti o li gestisce di fretta, in modo squilibrato e poco salutare, con il rischio, nel tempo, di carenze nutrizionali importanti. I deficit nutri-

NOTIZIE AL FEMMINILE

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

a cura di Monica Faganello
farmacista

zionali stressano pesantemente l'organismo e non solo si ripercuotono dal punto di vista estetico ma espongono anche al rischio di malattie come anemia o osteoporosi. In questi casi la donna, a diverse età, può correre ai ripari attraverso l'uso mirato degli integratori alimentari che possono, in parte, sopperire alle carenze vitaminiche, minerali e proteiche.

«Esistono categorie - precisa Veronica Valli, tecnologo alimentare all'Università di Bologna - più a rischio di carenze nutritive, non necessariamente a causa di malattie o cattive abitudini, ma semplicemente per particolari condizioni legate all'età o a peculiari condizioni fisiologiche (gravidanza, allattamento, menopausa, particolare impegno fisico). Le ragazze adolescenti, per esempio, hanno bisogno di essere ben alimentate sia per lo sviluppo tipico di questa fase della vita, sia per i futuri stress della gravidanza. I fabbisogni di ferro e calcio aumentano rapidamente fino ai livelli dell'adulto e una loro carenza comporta il rischio di anemia e di una ridotta mineralizzazione dello scheletro tale da rendere precoce e più grave l'osteoporosi in età matura. In questi contesti è utile valutare un'integrazione».

«Negli ultimi anni la percentuale di donne che fa ricorso alla terapia ormonale sostitutiva in menopausa», spiega Vincenzo De Leo, Dipartimento ostetricia e ginecologia Policlinico Le Scotte di Siena, «si è notevolmente ridotta a vantaggio di soluzioni più naturali e stili di vita più sani. Giocano un ruolo significativo gli integratori alimentari a base di fitoestrogeni derivati dalla soia cui sono associate vitamine e altre sostanze vegetali, composti che hanno dimostrato di migliorare la sintomatologia e di contrastare l'osteoporosi».

«Una corretta integrazione alimentare è indispensabile per il benessere della pelle», aggiunge Mariuccia Bucci, vicepresidente e responsabile Dipartimento nutridermatologia Isplad (Società italiana e internazionale di dermatologia plastica-estetica e oncologica).

«Lo stile di vita frenetico e le abitudini alimentari spesso non corrette che caratterizzano i nostri tempi non riescono a far fronte alle specifiche esigenze della cute. La carenza di nutrienti si ripercuote sull'estetica dell'individuo con la perdita e l'indebolimento dei capelli, l'alterazione delle unghie, la perdita di tono e di elasticità cutanea». In questo panorama, l'utilizzo degli integratori alimentari può contribuire a migliorare il proprio stato nutrizionale e a coadiuvare le funzioni fisiologiche dell'organismo, con la doverosa precisazione che gli integratori vanno comunque prescritti dal medico; il farmacista, poi, può dare un valido contributo nel fornire tutte le informazioni sull'uso corretto, sulla posologia, sulla modalità di assunzione, al fine di trarre il maggior beneficio terapeutico dalla loro assunzione.



PILLOLA CONTRACCETTIVA: IGNORANZA D'USO

Cento milioni di utilizzatrici e mezzo secolo di vita ma solo il due per cento delle donne europee sa come funziona: parliamo della pillola anticoncezionale. Il dato è frutto di una ricerca condotta in Germania, Francia, Gran Bretagna, Svezia e Romania e da poco pubblicata sulla rivista *Contraception*. La mancanza d'informazioni è indipendente dal livello culturale femminile ed è comunque auspicata da tre intervistate su quattro. «Questi dati spiegano chiaramente come mai resistano tuttora tanti pregiudizi e luoghi comuni su questo metodo», spiega il professor Francesco Primiero dell'Università di Roma La Sapienza. Sono ancora tante le donne che pensano che la pillola possa essere dannosa per la loro salute, nonostante numerose evidenze scientifiche indichino l'esatto contrario. In particolare, un recente studio britannico ha dimostrato come, nel lungo termine, le donne che hanno fatto uso di contraccettivi orali vivono più a lungo. Le nuove formulazioni, inoltre, e in particolare i progestinici di ultima generazione come il drospirenone, vengono impiegate in diversi disturbi femminili quali le mestruazioni abbondanti (che provocano anemia, problemi di concentrazione e affaticabilità), la sintomatologia premenstruale e l'acne. Per ridurre il più possibile le fluttuazioni ormonali di recente sono state introdotte formulazioni a 24 giorni (più quattro compresse placebo) o a 26 (più due placebo) ma la nuova frontiera sarà l'assunzione continua con un regime flessibile che permetterà alla donna di gestire il timing della pseudo-mestruazione.

Infine, la pillola non solo migliora la gestione della vita sessuale e riproduttiva ma alcuni studi hanno dimostrato che riduce l'incidenza di tumori come quello alle ovaie o all'endometrio.