

Salute

Le donne non siano “invisibili” e si rivolgano di più agli specialisti

Per le patologie urinarie «servono consapevolezza e uno sforzo collettivo»

Dalle patologie urogenitali si può guarire. Ma le donne non devono essere più “invisibili” e avere il coraggio di accettare una disfunzione e farsi curare da uno specialista. Sono ancora tante, infatti, le rappresentanti del Gentil sesso che hanno reticenza a confessare un problema medico sessuale, forse per vergogna, per retaggi culturali o per paura che possa ripercuotersi sul rapporto di coppia. Argomenti affrontati nel corso di un convegno dal titolo “Stop Intimate Disorders”, organizzato dallo Studio Medico Egeria di Milano. I numeri d'altronde parlano chiaro: in Lombardia sono circa 700.000 le donne che soffrono di vulvodinia; 600.000 quelle che hanno disturbi legati all'incontinenza urinaria; 500.000 circa quelle affette da lichen sclero-atrofico e 1,4 milioni quelle (già in menopausa) affette da lichen sclero-atrofico. «Ho voluto organizzare questa prima giornata informativa - ha spiegato Enrico Meloni, direttore dello Studio Medico Egeria - per sensibilizzare il più possibile l'universo femminile affinché le donne possano prendere coscienza delle problematiche che riscontrano e trovare risposte adeguate alle loro domande. La medicina può aiutare un

processo di diagnosi e valutazione mirato che sfrutti la tecnologia e la farmacologia, ottenendo un risultato definitivo senza dover ricorrere a cure invasive e dolorose».

Oltre 10 milioni di donne, infatti, soffrono di patologie legate a disturbi dell'apparato uro-genitale. Stando ai dati pubblicati dal 'Centro Studi Egeria per il benessere della donna', più del 15% della popolazione femminile soffre di vulvodinia, più del 20% di incontinenza urinaria. Problematiche intime che, spesso, si ripercuotono sulla vita di coppia. Oggi, però, queste patologie possono essere curate con tecniche mini-invasive e dall'efficacia certificata.

«Le donne non devono avere timore a rivolgersi ad uno specialista, da patologie come vulvodinia e vaginismo si può guarire, grazie a terapie mirate che possono arrivare sino al 95% di efficacia - ha detto il dottor Roberto Bernorio, sessuologo clinico, psicoterapeuta e specialista in ginecologia -. È necessario, però, uno sforzo collettivo: da un lato le donne non devono avere reticenze. Il mondo sanitario deve avere maggiore consapevolezza nei confronti di malattie spesso misconosciute e non facilmente diagnosticabili».

**In Lombardia
700mila soffrono
di vulvodinia**



Bere acqua fa bene al cuore

Bere fra un litro e mezzo e due litri di acqua al giorno è fondamentale, soprattutto per gli anziani, per la salute del cuore.

«Una corretta idratazione - spiega Umberto Solimene presidente Femtec - ha effetti positivi sulla funzionalità cardiaca perché contribuisce a ridurre i livelli di viscosità del sangue, diminuendo il rischio di formazione di trombi all'interno dei vasi sanguigni. I sali mi-

nerali contenuti nell'acqua sono, inoltre, coinvolti nei processi che regolano le attività cellulari e la loro asunzione può essere d'aiuto in presenza di specifici disturbi circolatori».

Il calcio, ad esempio, oltre ad essere coinvolto nei processi di coagulazione del sangue, è uno degli elementi che influiscono sulla capacità di contrazione dei tessuti muscolari e proprio per questo le acque minerali ricche di calcio sono particolarmente indicate per chi soffre di problemi cardiocircolatori. Allo stesso modo, il magnesio, per la sua capacità di favorire il rilassamento delle cellule muscolari, assume un importante ruolo di protezio-

ne a livello cardiovascolare. La scarsità di liquidi all'interno del nostro organismo non solo aumenta la sensazione di sete e compromettere le prestazioni mentali e fisiche, ma potrebbe avere effetti dannosi sulla salute cardiovascolare, causando, ad esempio, un'insufficienza venosa. Si tratta di una malattia che impedisce la circolazione del sangue dagli arti inferiori al cuore, e può essere imputata a vari fattori, tra i quali la disidratazione. Per chi soffre di patologie cardiovascolari e pressione alta è preferibile assumere acque oligominerali che favoriscono una corretta diuresi e prediligere diete povere di sodio.



**PREVENZIONE:
UN ATTO DI
AMORE
VERSO SE STESSI.**

**PRENOTA LA TUA VISITA DI CONTROLLO
NEI NOSTRI CENTRI**

Sono aperti dal lunedì al venerdì
dalle 9:00 alle 12:30 e dalle 14:30 alle 18:30
VARESE - GALLARATE - MALNATE - LUINO - ARCISATE
PER INFORMAZIONI 0332 831635

**Progetto
Udire**

PROGETTIAMO IL BENESSERE DEL TUO UDITO

f @progetto-udire-srl | progettoudirevarese.it