

# Marzo: un mese tutto al femminile!

Oggi si parla sempre più spesso di **medicina di genere specifica**, concetto ancora poco chiaro, e di **endometriosi**, patologia che colpisce sempre più donne. Scopri di più all'interno.

## Giornata mondiale del sonno.

Tra i soggetti più colpiti dai disturbi del riposo ci sono le donne in menopausa. Scopriate con noi i nuovi approcci terapeutici specifici.



# Medicina di genere

Si parla sempre più spesso di medicina di genere o “medicina di genere specifica”, ma di cosa si tratta?

L'Organizzazione Mondiale della Sanità definisce la *medicina di genere* come lo studio dell'influenza delle differenze biologiche (definite dal sesso), socioeconomiche e culturali (definite dal genere) sullo stato di salute e di malattia di ogni persona.



Un tipico esempio è rappresentato dalle patologie vascolari - come l'infarto o l'ictus - che si consideravano un evento tipico dell'uomo mentre in realtà, dopo la menopausa, il rischio è molto alto anche nel sesso femminile. Oltretutto, tali patologie si manifestano diversamente negli uomini e nelle donne e spesso si determina un ritardo nella diagnosi nelle donne.

Questa discriminazione tra uomini e donne fu evidenziata nel 1991 da una cardiologa americana, la dottoressa Patricia Healy, che per prima in un articolo evidenziò come in caso di malattie cardiache le donne venissero meno ospedalizzate, meno sottoposte a indagini diagnostiche e terapie rispetto agli uomini. Da allora, l'interesse per tale disciplina si è accresciuto e l'Italia è stata il primo paese in Europa a formalizzare l'inserimento del concetto di “genere” in medicina da parte del Ministero della Salute.

## Medicina di genere & farmaci



Per quanto riguarda il *mondo dei farmaci*, è doveroso tener presente che tra uomini e donne variabili quali gli ormoni, il peso, fattori sociali e comportamentali determinano significative differenze nell'assorbimento e nella risposta alle terapie farmacologiche.

Statisticamente, ad esempio, *le donne assumono più farmaci e sono più soggette agli effetti avversi* e in tal senso la farmacia svolge ancora una volta il ruolo di collettore tra cliente-paziente e il medico di medicina generale. Proprio il farmacista, infatti, può raccogliere gli eventuali effetti indesiderati indotti dai farmaci e trasmetterli all'ente preposto.

È importante che l'approccio scientifico si orienti sempre più verso la *personalizzazione di prevenzione, diagnosi e appropriatezza delle terapie*.

NE ABBIAMO PARLATO ALL'INTERNO DEL NOSTRO TALK,  
DEDICANDO A QUESTO TEMA UNA PUNTATA CHE POTETE TROVARE QUI:



## L'IVA sugli assorbenti sale? Noi la azzeriamo ancora.

L'IVA sugli assorbenti nel 2024 aumenta al 10%  
mentre noi la teniamo a zero per il quarto anno consecutivo.  
Perché da LloydsFarmacia e BENU Farmacia l'impegno  
contro la disuguaglianza di genere non torna indietro, mai.

# Marzo, il mese dell'endometriosi



Marzo è il mese di sensibilizzazione sull'*endometriosi*, una patologia riconosciuta come invalidante a causa del dolore, spesso persistente, che si aggrava durante il periodo mestruale e i rapporti sessuali.



Nello specifico l'endometriosi è *una patologia cronica infiammatoria femminile* caratterizzata da un impianto anomalo di tessuto endometriale che può verificarsi in sedi come le ovaie, le tube di Falloppio o l'interno della pelvi (parte bassa dell'addome) compresa la vescica e l'intestino.



*I sintomi possono variare* in base alle particolari localizzazioni della malattia e la diagnosi viene effettuata esclusivamente dal medico mediante un colloquio approfondito, esame clinico, avvalendosi dell'ecografia transvaginale o della risonanza magnetica in alcuni casi.



Esistono differenti *terapie per il trattamento di questa patologia* e sono rivolte a due fattori: riduzione e scomparsa della sintomatologia dolorosa e risoluzione della sterilità correlata alla malattia.



Si stima che l'endometriosi, solo in Italia, colpisca almeno *tre milioni di donne*, tuttavia, la diagnosi arriva spesso tardivamente e per questo è importante sensibilizzare sull'importanza di riferire al medico i dolori mestruali e durante i rapporti.



È auspicabile, altresì, che tale patologia venga *considerata anche a livello culturale*, aumentando il supporto e facilitando la qualità della vita della donna che ne soffre, poiché coinvolge molti aspetti importanti della vita quotidiana: sociali, relazionali e professionali.



Essere uniche,  
essere libere,  
essere donne.

**Buon 8 marzo  
a tutte voi!**



# 17 marzo 2024 la Giornata mondiale del sonno

La Giornata mondiale del sonno è stata istituita per sensibilizzare sui benefici di una corretta gestione del riposo. Curare i disturbi del sonno significa contribuire a ridurre il rischio di altre patologie, con la consapevolezza che riposare bene ha un ruolo fondamentale nel mantenimento della salute.

Un sonno insufficiente, in durata e qualità, ha dimostrato avere numerosi effetti negativi che vanno dalla stanchezza, irascibilità, scarsa concentrazione a problematiche più serie nell'ambito della salute mentale, cardiovascolare e delle funzioni cognitive.

Se a soffrire d'insonnia sono **oltre 13 milioni di italiani**, alcune categorie di persone sono maggiormente soggette, tra queste vi sono sicuramente le donne in menopausa.

## ➔ MENOPAUSA E DISTURBI DEL SONNO

Sebbene la menopausa non identifichi una malattia, ma un periodo fisiologico della vita, il calo degli estrogeni può determinare alcuni cambiamenti che influiscono anche sul normale ciclo di sonno veglia. I classici sintomi vasomotori (vampate di calore e sudorazioni), l'ansietà e l'umore depresso possono portare, infatti, a difficoltà di addormentamento, risvegli notturni e sonno non ristoratore.

## ➔ OPZIONI TERAPEUTICHE

Lo specialista valuterà in base al rischio/beneficio se prescrivere una terapia alla donna con disturbi in menopausa. Tra le varie opzioni terapeutiche esiste la cosiddetta terapia ormonale sostitutiva a base di ormoni estrogeni e/o progestinici finalizzati a riequilibrare il deficit ormonale responsabile di sintomi citati ma anche delle modificazioni che possono causare importanti patologie. Un valido aiuto arriva anche dalla natura, grazie a sostanze che mimano l'attività degli estrogeni, rimpiazzando i quantitativi diminuiti in seguito alla menopausa. Tali sostanze sono denominate fitoestrogeni e ne sono particolarmente ricchi la Dioscorea Villosa, la soia, il trifoglio rosso, la cimicifuga e la salvia.

Combatti lo stress  
con la nostra box!

Anti-Stress  
Kit



SCANNERIZZA IL QR CODE  
E SCOPRI DI PIÙ



Notti serene con **ymea**<sup>®</sup>



Il tuo alleato per ridurre  
la sudorazione notturna in menopausa

Seguici su    

Contenuto editoriale a cura di:  
Dott.ssa Claudia Brattini