

Menopausa, calo del desiderio nel 40% delle donne italiane

Ma un terzo di chi ha problemi non ne parla con nessuno. Molte preferiscono rinunciare del tutto alla sessualità

17 ottobre 2014



12:07 - In occasione della Giornata della menopausa del 18 ottobre, L'**Osservatorio nazionale della salute della donna** ha compiuto un'indagine su più di 600 italiane. Gli effetti più temuti sono l'osteoporosi (60%), le vampate (58%) e l'aumento di peso (50%), mentre tra i problemi più frequenti vi sono le difficoltà nella vita intima, legate prevalentemente al calo del desiderio (38%) e a problematiche vaginali quali secchezza o irritazioni (28%).

Gli stili di vita sono importanti - Il sondaggio è stato svolto su donne tra i 45 e i 65 anni grazie al contributo di Fidia Farmaceutici. Nel complesso, le italiane intervistate vivono la menopausa con grande naturalezza.

Cresce tuttavia la preoccupazione fra le donne che vi stanno entrando: una su due vorrebbe essere più seguita per far fronte nel modo più corretto a questa nuova fase della vita. Sono molti i comportamenti utili riconosciuti: una corretta alimentazione (46%), controlli regolari (46%), una regolare attività fisica (41%), assumere integratori specifici (35%). Di fatto, però, solo una parte di questi accorgimenti viene messa in pratica e 1 donna su 4 afferma di non fare/avere fatto nulla di tutto ciò, per prepararsi ad affrontare meglio la menopausa.

Il 30% di chi ha problemi sessuali non ne parla - Francesca Merzagora, presidente di Onda, afferma: "In base a quanto emerso dalla nostra ricerca, ciò che della menopausa preoccupa maggiormente le donne sono le sue conseguenze sulla salute delle ossa, insieme alle vampate di calore, seguite dall'impatto sul peso corporeo. Tra le intervistate che già stanno vivendo questa fase, circa 3 su 4 riferiscono di aver incontrato problemi nella sfera intima ma il 30% di loro non ne ha parlato con nessuno e altrettante, a causa di tali difficoltà, sono state costrette a rinunciare o limitare molto la vita sessuale".

Bisogna rivolgersi al ginecologo - Rossella Nappi dell'Ircss San Matteo di Pavia, dichiara: "Il ginecologo è la figura più indicata a discutere i temi della sessualità, che spesso vengono taciuti per imbarazzo o per rassegnazione. E', infatti, più facile parlare delle vampate di calore, dell'aumento di peso o del rischio di osteoporosi. Arrivare preparate alla menopausa sembra fondamentale, per avere un atteggiamento attivo".