



FEDERCHIMICA
ASSOSALUTE

Associazione nazionale farmaci di automedicazione

COMUNICATO STAMPA

INFIAMMAZIONI: 2 ITALIANI SU 3 NE HANNO SOFFERTO NEGLI ULTIMI MESI

**IMPATTO DELLA PANDEMIA E VACANZE ESTIVE ALLE PORTE: I CONSIGLI DI
ASSOSALUTE PER CONOSCERE E GESTIRE I SINTOMI DELL'INFIAMMAZIONE**

Milano, 25 maggio 2021 – Negli ultimi tre mesi **2 italiani su 3 hanno dichiarato di aver sofferto di almeno un disturbo infiammatorio**, soprattutto di natura muscolare e articolare. E' quanto emerge da una ricerca di Human Highway per **Assosalute, Associazione nazionale farmaci di automedicazione, parte di Federchimica**, presentata oggi in occasione di un evento stampa che ha visto la partecipazione del **Dott. Ovidio Brignoli**, Medico di Medicina Generale e Vicepresidente SIMG - Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie e della **Dott.ssa Carolina Carosio**, Farmacista e Presidente Giovani Farmacisti FENAGIFAR.

LE INFIAMMAZIONI PIÙ DIFFUSE E L'IMPATTO DELLA PANDEMIA

“Le infiammazioni”, spiega il Dott. Brignoli, “sono dei processi riparativi (e dunque positivi) che l’organismo mette in moto quando riceve un insulto. Quando ciò avviene, produce energia e di conseguenza calore, il segno forse più tipico dell’infiammazione”.

Secondo la ricerca, sono **le infiammazioni muscolari e articolari il disturbo più diffuso**, con circa il 41,2% della popolazione italiana, soprattutto gli over 45, ad averne sofferto negli ultimi tre mesi, seguite dalle **infiammazioni orali (gengiviti e afte)**, che si attestano al 18% che, invece, risultano più diffuse nelle fasce di popolazione più giovane, in particolare tra i trentenni.

Secondo chi ne soffre, sarebbero **le abitudini di vita e i comportamenti scorretti** le principali ragioni dell'insorgere di questo tipo di disturbi. In particolare, nel 58,3% dei casi le infiammazioni insorgono a causa di **movimenti scorretti e posture sbagliate** o sono conseguenti a **stile di vita e stress**, rispettivamente per il 46,1% e il 42,6% della popolazione intervistata. Seguono cause come età, alimentazione scorretta e mancanza di prevenzione e protezione. Proprio la prevenzione è fondamentale secondo il **Dott. Brignoli** e questa parte *“da abitudini sane, come un'alimentazione corretta, con alimenti anti-infiammatori, che aiuta a prevenire rischi di obesità e diabete, e attività sportiva: il movimento, infatti, anche grazie alla sudorazione, ripulisce l'organismo rispondendo così al problema infiammatorio.”*

20149 Milano, Via Giovanni da Procida 11
Tel. +39 02 34565.324
Fax +39 02 34565.621
E-mail: assosalute@federchimica.it
<http://www.assosalute.it>

Codice Fiscale: 80036210153



Responsible Care®
OUR COMMITMENT TO SUSTAINABILITY

Con l'estate alle porte, ci sono delle infiammazioni tipiche proprio legate al caldo della bella stagione. Come sottolinea la Dott.ssa Carosio *“in estate possono insorgere disturbi come **crampi e infiammazioni muscolari**, che si manifestano spesso prima di coricarci, a seguito di una **diminuzione dei sali minerali** dovuta al caldo, o **stati di spossatezza**, che possono essere accompagnati a loro volta da disturbi gastrici. Questi possono essere legati anche al cambio di stagione e a stati di stress, che quest'anno si sono acuiti con la pandemia. Inoltre, **una non adeguata esposizione al sole** – come a volte è avvenuto a causa delle restrizioni dell'ultimo anno – può generare un **abbassamento delle difese immunitarie** e l'insorgenza di disturbi associati, quali **crampi, infiammazioni muscolari e infiammazioni gengivali**, come le afte.”*

CALORE POSITIVO E NEGATIVO

Secondo i rispondenti, poi, il «**calore**» viene associato prevalentemente a qualcosa di **negativo (nel 95% dei casi)** e fa pensare alla febbre prima di tutto, ma anche ai disturbi tipici dell'estate e delle elevate temperature (insolazioni, scottature, disturbi legati alla pressione, iper-sudorazione, spossatezza etc.). Solo il 5% delle persone intervistate associa il calore a pensieri e immagini positivi e di sollievo. Secondo il **Dott. Brignoli**, tuttavia, *“è **molto difficile distinguere un calore buono da uno cattivo**. È evidente che una scottatura determina un aumento della temperatura esterna della cute ed è un fatto negativo mentre l'attività fisica e la digestione o alcuni fenomeni ormonali determinano aumento della temperatura corporea ma sono fenomeni fisiologici cioè normali. La **febbre** è certamente il fenomeno più conosciuto e frequente di aumento della temperatura corporea e che può sorgere come risposta a una infezione”*. In alcuni casi, e in particolare quando la temperatura è particolarmente elevata, si attivano una serie di meccanismi, quali ad esempio la sudorazione e, a volte, il tremore muscolare, che hanno l'obiettivo di favorire un abbassamento della temperatura corporea.

AUTOMEDICAZIONE E FARMACI DA BANCO

I **farmaci di automedicazione** – quelli senza obbligo di ricetta, riconoscibili grazie al bollino rosso che sorride sulla confezione – possono rappresentare degli alleati preziosi per rimediare alle infiammazioni comuni quali contusioni e tumefazioni, ferite ed escoriazioni, piccole ustioni e bruciature, o per sintomi generali quali dolore articolare, tensioni muscolari, mal di testa, infiammazioni oro-faringee, febbre e torpore. In caso tuttavia di febbre alta, sottolinea il **Dott. Brignoli**, *“se la sua durata è estesa nel tempo o se caratterizzata da picchi, associata a un aumento del battito cardiaco o sensazione di malessere e difficoltà a respirare, è necessario rivolgersi a un medico, poiché in questi casi il fenomeno infiammatorio ha scatenato una serie di reazioni che hanno bisogno di una diagnosi e una terapia più approfondite.”*

Proprio il ricorso ai farmaci di automedicazione è il comportamento di cura più diffuso in caso di disturbi di questo tipo per ben il 55% degli intervistati. Il 31,4% non fa nulla in attesa che il disturbo passi mentre il 20,7% ricorre a rimedi casalinghi.

Inoltre, oltre il **41,8% del campione**, soprattutto donne e persone mature, dichiara di gestire gran parte delle situazioni legate alla comparsa di disturbi infiammatori **grazie al consiglio del farmacista**, mentre il **40,3% grazie all'esperienza personale**. Il medico di base rimane il riferimento per il 38,4% dei casi, preferito soprattutto dalla popolazione maschile.

Secondo la Dott.ssa Carosio, nel **kit di automedicazione contro le infiammazioni per l'estate** non possono mancare *“una **crema e cerotti anti-infiammatori**, del ghiaccio secco per infiammazioni di tipo traumatico, così come **disinfettanti, garze o cerotti in caso di tagli o escoriazioni**. Per curare afte e infiammazioni gengivali è bene disporre di **farmaci ad azione rigenerativa dell'epidermide**, come quelli a base di **acido ialuronico**, o prodotti a base di **aloe** per dare sollievo.”* Contro le infiammazioni dovute a **punture di insetto**, invece, la Dott.ssa consiglia l'utilizzo di repellenti e l'adozione di buone abitudini, come arieggiare spesso i locali. Per quanto riguarda le scottature solari, *“la cura migliore”,* prosegue la Dott.ssa Carosio, *“è la prevenzione, che parte dall'applicazione di un'adeguata **protezione solare**, evitando un'esposizione nelle ore centrali della giornata, coprendo il capo, soprattutto ai bambini, e assicurandosi un'idratazione continua*. Quando si esce dal mare è fondamentale ***risciacquare il capo e il corpo con acqua dolce** poiché il sale presente nell'acqua può favorire lacerazioni della pelle, ed è bene riapplicare la crema solare. Inoltre, prima di esporsi al sole bisogna evitare l'assunzione di farmaci che possono causare fotosensibilizzazione”*.

Per maggiori informazioni visita il sito: www.semplicementesalute.it.