



N°43 - Aprile 2024

ASSOSALUTE NEWS

Newsletter dell'Associazione nazionale farmaci di automedicazione

EDITORIALE

Educare alla salute, un dovere di tutti



In un'epoca in cui lo star bene è una priorità centrale nella vita delle persone, l'educazione alla salute è un dovere che non riguarda solo i professionisti sanitari ma chiama in causa tutti coloro che, a vario titolo, hanno la responsabilità del benessere individuale e collettivo. Non a caso, anche il principio di "Salute in tutte le politiche" ripreso, ad esempio, nel Piano nazionale di prevenzione, richiama questa responsabilità per tutti i settori che, come il farmaceutico, hanno come obiettivo il benessere generale della popolazione. Educare alla salute diventa perciò un'attività trasversale di promozione dello stare bene che deve fondarsi sulla centralità della persona e rispondere, non da ultimo, anche alla crescente volontà di autonomia e responsabilità dei cittadini nelle scelte di salute. Nasce da questa consapevolezza l'impegno di ASSOSALUTE-Federchimica nel continuare a sostenere una comunicazione scientificamente corretta e di facile comprensione, che contribuisca a educare le persone a una gestione consapevole della propria salute. Per questo l'Associazione presidia quotidianamente il web e promuove iniziative di divulgazione scientifica in collaborazione con esperti e associazioni. L'ultima, in ordine di tempo, è stata "Lei&Lui: Educare alla Salute e all'Intimità, dall'Adolescenza all'Età Matura", di cui avrete modo di approfondire i contenuti nelle pagine seguenti. È stata una occasione per sottolineare l'importanza della prevenzione anche in materia sessuale, invitando a rivolgersi, quando necessario, a figure esperte, superando eventuali tabù. Un messaggio che va ribadito, considerato che, anacronisticamente, in Italia l'educazione sessuale non rientra negli insegnamenti scolastici. Eppure, la scuola è uno dei luoghi in cui è possibile intercettare i bisogni e le richieste dei più giovani nonché promuovere comportamenti di salute corretti. In questa chiave nasce e prosegue la collaborazione dell'Associazione con Cittadinanzattiva per iniziative di formazione, educazione e informazione sui temi attinenti al benessere e ai corretti stili di vita. Una partnership che ha come frutto recente un manuale didattico sulla sicurezza e salute in chiave di sostenibilità: uno sguardo allargato necessario per affrontare insieme le sfide di un mondo che sta cambiando, di cui dobbiamo sentirci partecipi, coinvolti e responsabili.

Salvatore Butti
Presidente Federchimica ASSOSALUTE

Educare alla salute e all'intimità, dall'adolescenza all'età matura

Come si educa alla salute e all'intimità? Bisognerebbe cominciare a scuola, dalle elementari, ma siamo uno dei pochissimi Paesi in Europa a non insegnare la consapevolezza del proprio corpo, l'educazione agli stili di vita sani, la prevenzione a tutto campo, compresa la salute sessuale.

E allora che cosa proporre a ragazze e ragazzi per fare in modo che diventino adulti consapevoli e che pensino a preservare la loro salute, compresa la fertilità che è in caduta libera? Cominciamo dalle prime visite: le ragazze si rivolgono al ginecologo all'inizio della loro vita sessuale e per parlare soprattutto di contraccezione. I maschi, invece, ri-

come l'inquinamento o abitudini sbagliate. Analogamente - ragiona Rossella Nappi, professoressa di Ostetricia e Ginecologia all'Università di Pavia - l'età del primo figlio è intorno ai 32 anni per la donna e sappiamo che c'è una riduzione del potenziale riproduttivo. Quindi è più difficile fare un figlio, spesso si ricorre alla procreazione assistita, e non resta tempo per farne un altro. In Italia, secondo l'Istituto Superiore di Sanità, circa il 15% delle coppie ha problemi di fertilità. Al di là del progetto famiglia, è importante che la coppia viva una sessualità serena e appagante. E mentre - secondo i dati ASSAI - la disfunzione



Siamo uno dei pochissimi Paesi in Europa a non insegnare la consapevolezza del proprio corpo, compresa la salute sessuale

corrono al medico - andrologo e più spesso urologo - solo in presenza di un problema della sfera sessuale e riproduttiva o dei genitali. Gli uni e le altre sembrano poco consapevoli delle malattie a trasmissione sessuale, che si possono prevenire solo con l'uso del profilattico. Restano tanti dubbi: sui giorni fertili, sulla contraccezione, sul piacere sessuale, persino su come sono fatti.

Dall'adolescenza all'età adulta si comincia a focalizzare il progetto famiglia. Le donne cercano una gravidanza sempre più tardi. E gli uomini - precisa Aldo Franco De Rose, Presidente ASSAI, Associazione Andrologi italiani - scoprono di avere pochi spermatozoi, diminuzione legata a riduzione del volume testicolare o a fattori esterni,

erettile è presente a ogni età, con un aumento dell'incidenza dopo i 40 anni, anche le donne possono essere soggette a dolore sessuale, lassità vaginale, calo del desiderio sessuale. Il consiglio è di parlarne al partner, e di non far finta di niente. Una comunicazione aperta e onesta paga sempre. Anche dopo i 50 anni non bisogna abbassare la guardia: la prevenzione è fondamentale, in tutti i campi e soprattutto quello oncologico. Per i piccoli disturbi, invece, può essere d'aiuto una automedicazione consapevole: analgesici e antinfiammatori per i dolori mestruali, prebiotici e probiotici per vaginiti e cistiti, ovuli, creme lenitive e gel per alleviare prurito e bruciore sia per lei che per lui.

INTERVISTA

Donne più consapevoli, ma tra le giovanissime molti dubbi e incertezze

Ne sanno e ne parlano più delle loro nonne, ma che rapporto hanno con la sessualità e la salute riproduttiva le ragazze di oggi? Ce lo racconta Rossella Nappi, professoressa ordinaria di Clinica Ostetrica e Ginecologica presso l'Università di Pavia - IRCCS Policlinico San Matteo e Presidente dell'Associazione dei Ginecologi Universitari Italiani (AGUI).

Professoressa Nappi, rispetto al passato, oggi le ragazze come vivono la prima visita ginecologica?

Oggi mamme e figlie spesso vanno dal ginecologo mano nella mano, in un'esperienza condivisa di femminilità. Tuttavia, in alcuni casi, è ancora difficile aprirsi con le proprie madri e i "consultori giovani" rappresentano uno spazio importante di confronto per affrontare il debutto sessuale mettendo in atto le giuste strategie di autoprotezione. Oggi la visita ginecologica è considerata di fondamentale importanza proprio a fini preventivi e, seppur non esista un'età giusta, perché molto dipende dallo stato di salute in relazione alle mestruazioni dell'adolescente, andrebbe sempre effettuata intorno a 15-16 anni, epoca di inizio delle prime esperienze sessuali. A volte si rende necessaria anche prima, in presenza di dolori pelvici, mestruazioni abbondanti o irregolari.

Nella sua esperienza, le donne sono informate in tema di salute intima?

Le ragazze certamente ne sanno di più e parlano di sessualità più apertamente rispetto al passato, ma rimangono ancora dubbi e incertezze su come sono fatte, sui giorni fertili, su come funzionano i contraccettivi e sul tema del piacere sessuale. Esiste un certo pudore da parte delle giovanissime a confrontarsi con il medico ponendo domande intime, e le loro aspettative sul proprio "gine" sono molto elevate. La rete è una grandissima fonte di informazione: il fenomeno delle influencer ginecologhe è in crescita e questo sembra essere

di notevole aiuto per favorire un rapporto con il proprio medico di fiducia, anche più dei siti informativi istituzionali che a volte peccano di un tecnicismo asettico, poco adatto all'universo emotivo delle giovani. Di fronte ai problemi, però, hanno bisogno di risposte personalizzate. L'educazione sessuale fornisce elementi generali di comprensione ma non parla sufficientemente di amore e non è di aiuto quando si percepisce la propria diversità sessuale, non tanto nell'orientamento e nella sua fluidità, ma nella modalità di vivere il rapporto con il sesso, che è profondamente evoluto al tempo dei social.

In che modo il ciclo mestruale influisce sulla salute sessuale femminile?

Gli ormoni femminili sono mutevoli con le fasi del ciclo mestruale e le fluttuazioni dei livelli degli estrogeni e del progesterone plasmano da un lato il senso di benessere fisico e dall'altro il benessere mentale. La sessualità è influenzata da molti aspetti che hanno a che fare con l'autostima. Il corpo immagine è centrale nella relazione con gli altri e la paura di non essere all'altezza investe molte sfere della performance adolescenziale e giovanile, non soltanto quella scolastica, generando disequilibri e problemi psico-sessuali.



CHI È

Rossella Nappi

è Professoressa ordinaria di Clinica Ostetrica e Ginecologica presso l'Università di Pavia - IRCCS Policlinico San Matteo e Presidente dell'Associazione dei Ginecologi Universitari Italiani (AGUI)



L'educazione sessuale fornisce elementi generali di comprensione ma non parla di amore

INTERVISTA

Uomini ben informati (grazie al web) ma ignorano la prevenzione

I maschi italiani conoscono la figura dell'andrologo e l'importanza della prevenzione. Eppure, secondo una recente indagine della Società Italiana di Andrologia (SIA), il 74% degli italiani tra i 16 e i 35 anni non ha mai fatto una visita andrologica. A spiegarci le motivazioni di questo comportamento è il Dottor Aldo Franco De Rose, specialista in Urologia e Andrologia e Presidente dell'Associazione Andrologi Italiani (ASSAI).

Dottor De Rose, a quale età i maschi italiani si rivolgono all'andrologo e per quali motivi?

Nella mia esperienza poco più del 20% degli uomini, sia in età adolescenziale che adulta, richiede una visita per la prevenzione uro-andrologica. Nella maggior parte dei casi si arriva dallo specialista quando è presente "il problema medico" sia della sfera sessuale che riproduttiva o dei genitali o perché si sospettano delle malattie sessualmente trasmissibili. I giovani spesso si recano dallo specialista soprattutto per disturbi della minzione o dell'eiaculazione, problemi apparentemente banali ma "fortemente disturbanti", dovuti a patologie sessualmente trasmissibili o a semplici prostatiti derivanti dal consumo di alcolici e superalcolici, disordini alimentari e dall'uso assiduo di moto o, più tra gli adulti, di un utilizzo eccessivo o non corretto della bicicletta. I disturbi sessuali, come evidenziato anche da una ricerca della nostra Associazione, cominciano subito dopo il fallimento della prima esperienza sessuale, dove è quasi inevitabile l'eiaculazione precoce. Spesso, almeno nelle fasi iniziali, si vive il problema in solitario, con il web che fa da "compagnia" e da "genitore". Quando però bisogna risolvere il problema, c'è sempre il coinvolgimento dei genitori: meno dell'1% arriva alla visita specialistica senza che i genitori siano stati informati.

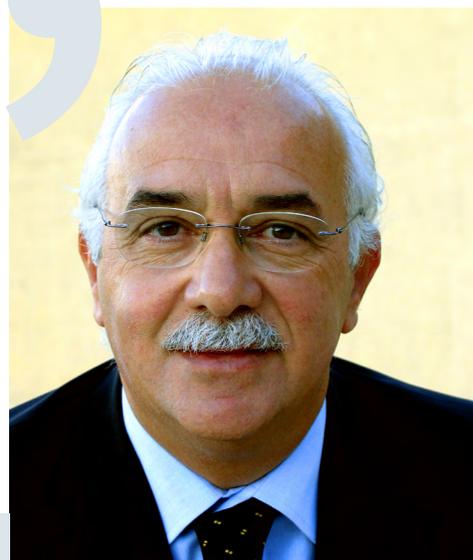
Quali sono i fattori che influenzano la comparsa di disturbi legati alla sfera maschile?

Gli stili di vita, in particolare il consumo crescente di alcolici, oggi rappresenta la causa più comune di prostatiti tra i giovani. Altro

motivo di preoccupazione è l'uso di androgeni, specialmente nelle palestre, poiché spesso ignorato è il fatto che, sebbene aumentino la massa muscolare e la resistenza, riducono il volume testicolare e la produzione di spermatozoi. Anche l'assunzione di droghe e, secondo alcuni studi recenti, l'esposizione all'inquinamento ambientale sono dannosi per l'apparato riproduttivo e la sessualità.

Nella sua esperienza, i giovani che conoscono hanno in tema di salute intima?

La conoscenza della salute intima è molto buona da parte dei giovani. I dubbi più ricorrenti sono legati alle dimensioni del pene ma anche alla forma dei genitali. Per fortuna il web, pur con mille difficoltà e limiti, è riuscito a informare il giovane e a sostituirsi alla famiglia, che da questo punto di vista e nella stragrande maggioranza dei casi è ancora "latitante". Senza contare che, a oggi, non esiste una legge che consenta all'educazione sessuale di entrare nelle scuole. E manca anche la prevenzione uro-andrologica di massa che facevamo un tempo, compresa la visita di leva che permetteva di scoprire varicoceli e anomalie dei genitali.



CHI È

Aldo Franco De Rose
è Specialista in Urologia
e Andrologia e Presidente
dell'Associazione Andrologi Italiani
(ASSAI).



**Poco più
del 20%
degli uomini
richiede
una visita
per
la prevenzione
uro-andrologica**

NEWS



**Celebrating
60 years
of self-care**

**60TH AESGP
ANNUAL MEETING**

L'AESGP festeggia 60 anni di attività guardando al futuro

Dal 4 al 6 giugno a Bruxelles si svolgerà il meeting annuale dell'AESGP, Association of the European Self-Care Industry, di cui quest'anno ricorrono i sessant'anni di attività. Nell'occasione, l'Associazione dei produttori europei di farmaci senza obbligo di prescrizione, oltre che di integratori e self-care medical device, riunirà esperti, policy maker e stakeholder per guardare al futuro dell'automedicazione alla luce delle nuove tendenze e delle prospettive attuali. Durante il convegno verranno affrontati temi importanti come il ruolo dell'automedicazione nella sostenibilità dell'assistenza sanitaria e sociale europea, l'evoluzione normativa del settore, i trend e le trasformazioni in atto con riferimento ai cambiamenti climatici e alle applicazioni dell'intelligenza artificiale. Maggiori informazioni sul sito: <https://aesgp.eu/events/60th-aesgp-annual-meeting>.

“A scuola di Sostenibilità” presentato alla fiera Didacta

Sicurezza a scuola e sul territorio, uso consapevole della rete e dei social media, disturbi alimentari, sostenibilità, cittadinanza. Sono questi i temi affrontati nel manuale didattico “A scuola di Sostenibilità” realizzato da Cittadinanzattiva nell'ambito di un progetto educativo sostenuto da ASSOSALUTE-Federchimica. Traendo spunto dall'Agenda ONU 2030, il manuale individua 5 obiettivi attraverso cui sviluppare con le scuole progetti concreti di informazione, coinvolgimento e azione. “È davvero un lavoro ricco di contenuti e stimoli”, ha commentato il Direttore di Federchimica ASSOSALUTE Enrico Allievi, intervenendo alla presentazione del volume lo scorso 21 marzo a Firenze, nell'ambito della fiera Didacta. “Ci auguriamo che possa davvero contribuire allo sviluppo dei programmi didattici nelle scuole, e che sempre più docenti e studenti vengano coinvolti e stimolati su questi temi così importanti”, ha concluso Allievi.



didacta italia 2024

save the date

A scuola si può!
Idee e pratiche di sicurezza salute e sostenibilità

21 marzo | ore 12:30-14:20
SALA DELLA VOLTA

vieni a trovarci!
stand W88 - piano attico Spadolini

CITTADINANZATTIVA