

## **MENOPAUSA: SOLO 5 DONNE SU 100 RICORRONO ALLA TERAPIA ORMONALE SOSTITUTIVA**

***Presentata oggi l'indagine di Fondazione Onda "La menopausa nella vita delle donne" per indagare la percezione e i vissuti che le donne italiane associano alla menopausa***

***Sebbene più di una donna su due abbia riscontrato sintomi spesso severi dovuti alla menopausa, esiste una resistenza culturale sull'assunzione della terapia ormonale sostitutiva: la menopausa viene considerata una fase naturale di vita (43 per cento) in cui non è necessario prendere farmaci se non indispensabili (48 per cento) per evitarne gli effetti collaterali (35 per cento)***

***Solo il 5 per cento ricorre alla terapia ormonale sostitutiva, proposta dal medico a 1 donna su 4; integratori alimentari e prodotti erboristici fanno da padroni***

**Milano, 23 marzo 2022** – Benché una donna su 2 affermi di essere entrata in menopausa con semplicità e con un adeguato supporto medico, il 37 per cento racconta di aver avuto un impatto decisamente negativo e di essersi sentita sola nell'affrontare questa fase della vita e poco seguita a livello medico. Inoltre, più del 50 per cento delle donne in climaterio lamenta sintomi come mal di testa, disturbi del sonno e stanchezza, mentre più di 1 donna in menopausa su 2 soffre in maniera moderata o grave di diminuzione del desiderio e del piacere sessuale, aumento di peso, dolori articolari e muscolari, vampate di calore e sudorazione. Nonostante ciò, quasi la metà delle donne in questa fase non ricorre ad alcun rimedio per farvi fronte, facendo al massimo uso di integratori alimentari (27 per cento) e prodotti erboristici (17 per cento); solo il 5 per cento è ricorso a terapia ormonale sostitutiva (TOS).

Nonostante l'80 per cento delle donne abbia sentito parlare della TOS e una su 2 la percepisca come una terapia di supporto per la menopausa, esistono ancora delle forti barriere: la menopausa viene considerata, infatti, come una fase naturale della vita (43 per cento) in cui non è necessario prendere farmaci se non indispensabili (48 per cento), perché si ha timore anche di possibili effetti collaterali (35 per cento).

Questi sono alcuni dei risultati dell'indagine di Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere "La menopausa nella vita delle donne", realizzata dall'Istituto di ricerca Elma Research con il contributo incondizionato di Theramex, allo scopo di sondare la percezione e i vissuti che le donne italiane associano alla menopausa, esplorando le aspettative e i timori generati da questa delicata fase della vita della donna. L'indagine è stata realizzata su un campione di 315 donne in età compresa tra 44 e 65 anni, tramite interviste CAWI della durata di 15 minuti.

Dall'indagine è emerso, inoltre, che l'84 per cento delle donne italiane ritiene di avere un livello di informazione medio-alto sul tema della menopausa. Le principali fonti di informazioni sono rappresentate da amiche e familiari (71 per cento) e dalle figure professionali, ginecologo (67 per cento) e medico di medicina generale (36 per cento), e da siti internet (53 per cento). In particolare, le donne si rivolgono al medico soprattutto quando si avvicinano al periodo di ingresso in

menopausa e principalmente per parlare dell'impatto che avrà sul benessere fisico (67 per cento) e delle terapie e i rimedi per ridurne i sintomi (68 per cento).

*“Nonostante le donne dichiarino di essere bene informate sulla menopausa e sulle terapie che possono ridurre la sintomatologia soprattutto per coloro che sono particolarmente sensibili al calo ormonale, l'indagine ha evidenziato numerose barriere culturali che rendono più difficile affrontare questo momento particolare della vita della donna”, spiega **Francesca Merzagora**, Presidente Fondazione Onda. “Per questo è indispensabile supportare le donne con un'informazione adeguata su cosa dovranno aspettarsi dalla menopausa e anche su come potervi fare fronte per viverla al meglio. Il ginecologo e il medico di medicina generale hanno un ruolo fondamentale sia nel poter fornire un'informazione che sia chiara e non allarmistica sia nel favorire l'accesso alla terapia ormonale sostitutiva che, secondo l'indagine, viene proposta a 1 donna su 4”.*

“È confortante che la metà delle donne italiane entrino in menopausa con naturalezza, ma è un peccato rilevare che tante altre soffrono di sintomi invalidanti senza un aiuto davvero efficace da parte del medico”, commenta **Rossella Nappi**, Professore di Ginecologia e Ostetricia e responsabile del centro della Menopausa ad alta complessità dell'IRCCS Policlinico San Matteo - Università degli Studi di Pavia. “La ricerca ci sta mettendo a disposizione terapie molto sicure, a base di ormoni identici a quelli che la donna aveva prima di entrare in menopausa, per contrastare al meglio vampate, sudorazioni notturne e disturbi del sonno che hanno un impatto notevole sulla vita quotidiana ed il senso di benessere. In particolare, è importante sapere che oggi è possibile personalizzare il tipo e la durata della terapia per ridurre al minimo gli eventuali rischi che sono stati notevolmente ridimensionati da studi recenti ed ottenere numerosi benefici preventivi sul versante osseo, cardiovascolare e cognitivo in tutte le donne, soprattutto se in menopausa prima dei 50 anni”.

*“L'arrivo della menopausa rappresenta un momento particolarmente delicato per le notevoli modificazioni fisiche e psicologiche ad essa correlate” sostiene **Maria Grazia Carbonelli**, Direttore UO Dietologia e Nutrizione, Azienda Ospedaliera San Camillo Forlanini, Roma. “Uno stile di vita sano con una corretta alimentazione ed una regolare attività fisica aiutano ad evitare le principali conseguenze nutrizionali legate alla menopausa. Le variazioni di peso, l'aumento del grasso viscerale con ripercussioni sulla glicemia e sul colesterolo, la ritenzione idrica, la stanchezza muscolare, l'osteoporosi sono condizioni che possono avvalersi di una adeguata dietoterapia ed eventuale supplementazione con prodotti specifici per affrontare la menopausa al meglio. Consultare anche un medico dietologo oltre al ginecologo favorisce un approccio completo per la salute della donna in questa fase della vita”.*

Per scaricare la cartella stampa [clicca qui](#)

Ufficio stampa

**HealthCom Consulting**

Laura Fezzigna, mob. +39 347 4226427 email [laura.fezzigna@hcc-milano.com](mailto:laura.fezzigna@hcc-milano.com)



Carlotta Freri, mob. +39 333 4642368 email [carlotta.freri@hcc-milano.com](mailto:carlotta.freri@hcc-milano.com)

Benedetta Salemme, tel. +39 02 87399173 email [benedetta.salemme@hcc-milano.com](mailto:benedetta.salemme@hcc-milano.com)