


**DALLA TUA PARTE**  
**CONTRO LA MALASANITA'**  
 PER IL GIUSTO RISARCIMENTO DEI DANNI SUBITI  
 TI AIUTEREMO SENZA FARTI SOSTENERE ALCUNA SPESA  
 NUMERO VERDE GRATUITO  
**800 77 55 99**  
 WWW.DALLATUAPARTE.ORG



# Quel virus che viene da lontano

A pagina 16 e 17

## Rosacea, quando la pelle diventa rossa

**Mariolina De Angelis\***



La rosacea è una forma di dermatite infiammatoria che si manifesta generalmente nel sesso femminile prediligendo le età che va dai trenta ai 50 anni. L'eziopatogenesi non è del tutto chiara. Di certo è coinvolto il sistema immunitario quello neurogeno e vascolare.

Diversi anche i fattori scatenanti che vanno dai cambiamenti repentini di temperatura di esposizione al sole l'assunzione di alcool, caffè e tè. In particolare si ipotizza che l'alcool sia capace di indebolire la risposta immunitaria mentre la vasodilatazione si correla con l'aumento dell'eritema e il flushing ossia l'arrossamento cutaneo. Un ruolo determinante consiste nella comparsa di papule e pustole che sono attribuibili all'alterata risposta immunitaria verso fattori

microbici locali. Le ricerche dimostrano che alla base la responsabilità è dovuta ad un acaro che si localizza al livello del bulbo periferico. Gli studi recenti sono stati rivolti verso i meccanismi fisiopatologici correlati alle manifestazioni della rosacea. Oltre alla predisposizione ereditaria si suppone che in questa malattia siano coinvolte alterazioni genetiche dovute ad alcuni antigeni di istocompatibilità. Si ipotizza che la rosacea infatti condivide alcuni di questi substrati con altri strati

morbosi quali malattie infiammatorie, gastrointestinali, retocolite ulcerosa, morbo di Crohn e sindrome da colon irritabile. Spesso la rosacea è associata a malattia cardiovascolare, sindrome metabolica e diabete. Da ciò si deduce che tali patologie rapporterebbero alla rosacea un substrato infiammatorio. Tante le forme per un solo nome di una malattia che crea fastidi e disagi psicologici. L'eritema persistente, le lesioni che aumentano in pre-

senza di stress, rappresentano la tipicità di questa malattia. Cosa fare? Fondamentale anzitutto utilizzare cosmetici con fotoprotezione, evitare passaggi bruschi da ambienti freschi a caldi e viceversa, pulire il viso utilizzando detergenti delicati che contengono sostanze lenitive e decongestionanti. Mi riferisco a creme antirossore che contengono edera, ippocastano, flavonoidi e antocianossidi. E' importante comunque nello specifico rivolgersi al dermatologo che stabilirà se è necessario anche associare una terapia farmacologica con antibiotici sistemici.

\* **Farmacista**





► **PRECAUZIONI.** Lavare spesso le mani, coprire la bocca ed il naso con fazzoletto quando si starnutisce, evitare luoghi affollati

# Coronavirus: così si può evitare

Rossella Baldassarre\*



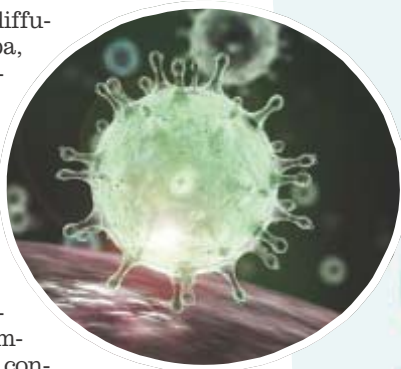
**I**l numero delle persone contagiate dal nuovo virus di Wuhan è ancora in crescita, ma la maggior parte dei soggetti infetti continua a vivere in quella metropoli nel cui mercato di animali vivi il 31 dicembre scorso sono stati riscontrati

primi casi.

Nonostante la diffusione in Europa, America ed Australia non si può ancora parlare di pandemia anche se la situazione preoccupa i governi mondiali. Allarmismo e panico sono la costante in queste situazioni, ma il compito più urgente è contenere l'epidemia e fidarsi di chi ha competenza.

Ma cosa sono i Coronavirus? Come si trasmettono? Quale sintomatologia provocano?

I coronavirus sono una vasta famiglia di virus noti per causare malattie che vanno dal



comune raffreddore a malattie più gravi. Il virus di Wuhan è un coronavirus così chiamato perché al microscopio elettronico presenta una forma a corona per le proteine di su-

ficie che permettono al virus di penetrare nelle cellule. Sono queste proteine più esposte al sistema immunitario dell'ospite, cioè di chi è colpito dall'infezione, che si adattano e si modificano. Ecco perché bisogna capire se

cambiano nella trasmissione da paziente a paziente.

Si trasmette con l'esposizione ad animali infetti, ma è provata anche la trasmissione da uomo a uomo: basta uno starnuto o un colpo di tosse per essere contagiati.

I sintomi sono comuni all'influenza: febbre, tosse e fastidio al torace, difficoltà respiratorie. Non esiste un trattamento specifico, ma solo farmaci di supporto ai sintomi.

Quali precauzioni bisogna prendere per evitare l'infezione? Lavare spesso le mani con acqua e sapone, coprire la bocca ed il naso con fazzoletto quando si starnutisce o tossisce, evitare il contatto con chi ha malattie respiratorie ed evitare luoghi affollati sono le regole basilari.

Bisogna mostrare attenzione, ma non creare psicosi perché il nostro Paese sta attivando tutte le misure per evitare la diffusione della malattia controllando in tutti gli aeroporti con degli scanner la temperatura corporea a tutti i passeggeri cinesi e facendo compilare una scheda a chi arriva indicando dove è diretto e quale tragitto farà per raggiungere la propria destinazione. L'Italia partecipa, insieme agli altri Paesi, alla battaglia contro la diffusione del coronavirus. Con straordinaria competenza i virologi dell'Istituto Nazionale Malattie infettive "Lazzaro Spallanzani" di Roma sono riusciti ad isolare l'agente patogeno responsabile dell'epidemia che sta spaventando il mondo ed a ricostruire la sequenza genomica mediante l'isolamento del virus. Ciò rappresenta un aiuto concreto per la ricerca del vaccino, per la for-

mulazione di test per la diagnosi precoce e per la realizzazione di nuovi farmaci. In questa occasione il Sistema Sanitario italiano ha mostrato la sua capacità nel fronteggiare emergenze anche di una certa importanza.

\*Allergologa

**FZ FRANCO ZUNGRI**  
Ortopedia e servizi per la mobilità

**I Nostri Prodotti**

- Ausili da bagno • Poltrone elevabili
- Busti • Steccati • Corsetti
- Carrozine • Calze elastiche
- Cuscini e Materassi • Letti ortopedici
- Calzature • Plantari
- Passeggini e Sedioloni • Sistemi di postura
- Scooter e Carrozine elettriche
- Sollevatori • Montascale
- Stabilizzatori • Deambulatori
- Tutori • Protesi

**I Nostri Servizi**

Manutenzione e igienizzazione • Riparazioni • Baropodometrie  
Consegne • Noleggio • Vendita e noleggio magnetoterapia  
Disbrigo pratiche ASL

Napoli: (Sede) 08118199833 • 0815714098 • 0815844519  
Salerno: Scafati 0815350052  
Avellino e Provincia: Ariano Irpino 0825827334 • Avellino 082539810 / 0825781214  
Calitri 082738475 • Grottaminarda 848800321 • Monteforte Irpino 3450221697  
Montella 3488218395 • S.A. dei Lombardi 082724018

Via Selva Cafaro, 44 | tel. +39 081 584 45 19 | info@francozungri.it | 848-800321  
80143 | Napoli | fax +39 081 759 87 03 | francozungri.it

Consulenza e consegna domiciliare in tutta la Campania

Fare manutenzione vuol dire prendersi cura  
Di te e di chi ami

**RANIERI**  
Impiantistica

ranierimpiantistica.it | info@ranierimpiantistica.it | tel. 081.5295421

f in @





**FAQ - INFEZIONE DA CORONAVIRUS 2019-NCOV**

**Bisogna indossare una mascherina per proteggersi?**

L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda di indossare una mascherina solo se sospetti di aver contratto il nuovo coronavirus e presenti sintomi quali tosse o starnuti o se ti prendi cura di una persona con sospetta infezione da nuovo coronavirus (viaggio recente in Cina e sintomi respiratori). L'uso della mascherina aiuta a limitare la diffusione del virus ma deve essere adottata in aggiunta ad altre misure di igiene, descritte al punto 12. Non è utile indossare più mascherine sovrapposte.

**Chi può contrarre l'infezione?**

Le persone che vivono o che hanno viaggiato in aree infette dal nuovo coronavirus possono essere a rischio di infezione. Attualmente il nuovo coronavirus sta circolando in Cina dove è segnalato il maggior numero di casi. Negli altri paesi la maggioranza dei casi riportati ha effettuato recentemente un viaggio in Cina. Pochi altri casi si sono manifestati in coloro che hanno vissuto o lavorato a stretto contatto con persone infettate in Cina.

**Posso contrarre l'infezione dal mio animale da compagnia?**

No, al momento non vi è alcuna evidenza scientifica che gli animali da compagnia, quali cani e gatti, abbiano contratto l'infezione o possano diffonderla.

**Quanto dura il periodo di incubazione?**

Il periodo di incubazione rappresenta il periodo di tempo che intercorre fra il contagio e lo sviluppo dei sintomi clinici. Si stima attualmente che vari fra 2 e 11 giorni, fino ad un massimo di 14 giorni.

**Esiste un vaccino per un nuovo coronavirus?**

No, essendo una malattia nuova, ancora non esiste un vaccino e per realizzarne uno ad hoc i tempi possono essere anche relativamente lunghi.

**Gli antibiotici possono essere utili per prevenire l'infezione?**

No, gli antibiotici non sono efficaci contro i virus, ma funzionano solo contro le infezioni batteriche.

**IL NUMERO È 800909699**

**La Regione Campania ha istituito un numero verde per dare info**

Al numero risponderanno medici laureati iscritti all'albo discendenti del corso di formazione in medicina generale. Il funzionamento del numero è garantito dall'Asl Napoli 1 Centro e ogni Asl avrà una o più postazioni, quindi in Campania ci saranno sempre almeno nove postazioni attive contemporaneamente. Il numero sarà attivo dalle 8 alle 20 e fornisce informazioni in italiano.

**PREVENZIONE E SALUTE**

**COME LAVARSI (BENE) LE MANI PER IMPEDIRE IL DIFFONDERSI DEL NUOVO CORONAVIRUS**

*Contro il nuovo coronavirus che arriva dalla Cina non ci sono terapie specifiche e neppure vaccini.*  
Per impedirne la diffusione l'Oms raccomanda di lavarsi bene le mani: un gesto semplice e poco costoso che, per essere efficace, deve durare dai 40 ai 60 secondi. Ecco come farlo bene.

**Il vademecum**  
Un semplice gesto come lavarsi le mani può impedire il diffondersi di tutti i virus, coronavirus compreso. Ecco il vademecum

**Bagna le mani**  
Il vademecum per una corretta igiene delle mani spiega che la procedura del lavaggio delle mani deve durare 40-60 secondi. Il primo passo recita: Bagna le mani con l'acqua

**Sapone:**  
il secondo passo indica "applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani."

**Palmo contro palmo**  
Friziona le mani palmo contro palmo

**L'intreccio**  
Il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa

**Palmo e intreccio**  
Palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro

**Il mezzo pugno**  
Dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro

**Il pollice.**  
Strofinare attraverso la rotazione del pollice sinistro sul palmo destro e viceversa

**Dita sul palmo**  
Strofinare attraverso rotazione, all'indietro e in avanti con le dita della mano destra sul palmo sinistro e viceversa

**Il risciacquo**  
Risciacquare le mani con acqua

**Asciugare**  
Asciugare le mani con una salviettina monouso

**Chiudere il rubinetto**  
Usare una salviettina per chiudere un rubinetto



Casa di Cura VILLA MARIA  
MIRABELLA ECLANO AV

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI  
TEL. **0825 407301**

**REPARTI**  
convenzionati col S.S.N.

- CHIRURGIA GENERALE
- ORTOPEDIA
- OCULISTICA
- UROLOGIA
- ONCOLOGIA

[www.casadicuravillamaria.it](http://www.casadicuravillamaria.it)

**SERVIZI:**

- ANESTESIA E TERAPIA INTENSIVA
- DIAGNOSTICA PER IMMAGINI  
TC MULTISTRATO (128) REVOLUTION EVO GE  
*La TAC con minima esposizione alle radiazioni*  
RMN SIGNA Explorer GE  
*La rivoluzionaria Risonanza per tutti i pazienti!*

- ENDOSCOPIA
- RADIOTERAPIA AD ALTA SPECIALIZZAZIONE



• SERVIZI SANITARI ALL'AVANGUARDIA • UN TEAM ALTAMENTE SPECIALIZZATO • TEMPI DI ATTESA BREVI PER TUTTE LE PRESTAZIONI





► **OBIETTIVI REALISTICI.** Permetteranno di apprezzare quello che si è ottenuto, creando le condizioni mentali necessarie per ottenerli e mantenerli

# Dieta, perché a volte è difficile cambiare?

FRANCESCA FINELLI\*



“Il dottore del futuro non darà medicine, ma invece motiverà i suoi pazienti ad avere cura del proprio corpo, alla dieta, ed alla causa e prevenzione della malattia.”  
THOMAS ALVA EDISON.

Negli ultimi anni sono sempre di più le persone che intraprendono un percorso mirato alla perdita di peso. “Il 50% delle donne dichiara di essere a dieta almeno quattro volte l'anno, il 25% afferma di essere costantemente a dieta”. Ma è solo di recente che le persone hanno iniziato ad acquisire nuove consapevolezza, in modo specifico sul significato di “DIETA” la cui accezione non significa restrizione punitiva ma “stile di vita”. Ecco perché è importante affidarsi ad un professionista per iniziare a prendersi cura della propria salute. Passare quindi dalla decisione alla fase d'azione è già un passo importante, anche se a volte non si riesce a portare a termine il percorso di cambiamento. L'aspetto cognitivo, l'insieme delle nostre aspettative, dei giudizi e delle scelte che facciamo gioca un ruolo decisamente importante nel mantenimento del traguardo raggiunto. Quando un soggetto inizia una dieta in genere si pone degli obiettivi, un peso da raggiungere, una misura d'abito da indossare e così via. Il problema è che molto spesso questi obiettivi non sono realistici: l'asticella è troppo alta e non saremo in grado di saltare così in alto. Magari mi aspetto di perdere un peso davvero rilevante, magari mi aspetto di perderlo in un tempo molto breve, magari mi aspetto di perder peso in maniera costante per lunghi periodi di tempo. Purtroppo il nostro organismo non funziona così, molto spesso tenderà a mollare, spinto anche dai meccanismi fisiologici che possono entrare in azione. Porsi obiettivi realistici, permetterà di apprezzare quello che si è ottenuto, creando le condizioni mentali necessarie a lavorare a lungo per mantenerlo. Chi è il deluso invece rispetto alle aspettative, molla tutto, perché giudicherà sempre insoddisfacente quanto ottenuto, ma un soggetto con aspettative ragionevoli troverà forza e motivazione nei suoi risultati e potrà lavorare per mantenerli nel tempo. Obiettivi non realistici e aspettative irragionevoli possono essere la causa primaria per cui una dieta fallisce. Il processo di dimagrimento non è mai lineare e dopo l'euforia delle prime settimane, quando i progressi si fanno più lenti, la delusione può portare a mollare tutto. Ancor di più quando si lavora con diete restrittive che riducono irragionevolmente il consumo di cibi specifici o stravolgono completamente le abitudini alimentari del soggetto. Un altro fattore importante è l'approccio al dimagrimento: chi inizia una dieta convinto che non ce la farà, magari sull'esperienza di problemi avuti in precedenza, molto probabil-



mente partirà già svantaggiato, mentre il soggetto più convinto dei propri mezzi e della propria possibilità di riuscita in genere ha risultati migliori. La fiducia nella propria riuscita e la capacità di mantenersi concentrato sull'obiettivo sono elementi importantissimi per il successo della dieta. Un altro tratto problematico è legato all'eccesso di controllo che molti applicano durante una dieta, pesando tutto, evitando interi gruppi di alimenti, negandosi ogni tipo di vita sociale, facendo costante attenzione ad ogni singolo particolare. Un comportamento che non porta al successo ma, molto più probabilmente, come dimostrano diversi studi, a disturbi del comportamento alimentare e a un peso corporeo maggiore rispetto a soggetti che lavori-



no con una dieta flessibile, personalizzata, nella quale si assolve ad un bilanciamento che corrisponde alle proprie esigenze, in cui il paziente sia responsabilizzato e spinto a compiere decisioni precise in maniera attiva. Il soggetto con un eccesso di controllo è più suscettibile a perderlo, a mangiare per compensazione e, a quel punto, ad abbandonare completamente il lavoro di dimagrimento. Gestire la dieta in maniera flessibile, sottolineando che non è il singolo pasto a decretarne il successo, ma la costruzione di nuove e più sane abitudini alimentari e di vita, è uno degli elementi che possono decisamente contribuire a mantenere nel tempo gli obiettivi e forma raggiunta. Un errore tipico che, nella mia esperienza professionale ho notato in molti soggetti è quello di avvicinarsi ad una dieta con l'idea di dover mangiare in maniera radicalmente differente, con cibi particolari, rigide ripartizioni dei pasti, integrazioni, esclusioni e mille altri preconcetti che vedono la dieta come un momento isolato e di rinunce con alimenti poco gustosi, con varietà azzerata, con scelte limitate e severe. Purtroppo questo è il risultato di terrificanti diete commerciali, spesso brutali estremizzazioni di concetti fisiologici, con protocolli aberranti, restrittivi, difficoltosi da seguire, in poche parole insostenibili nel tempo, sia perché l'organismo combatte contro questo tipo di alimentazione, sia perché proble-

matici per la salute se mantenuti nel lungo periodo. Grazie, quindi, all'aiuto dello specialista, che un vero percorso di cambiamento può rappresentare un punto di svolta, da conseguire nel tempo nella gioia di vivere nel benessere, sempre in equilibrio tra corpo, mente e

spirito.

\***Biologa Nutrizionista – Perfezionata nei disturbi del Comportamento Alimentare – Nutrizionista presso U.O. Pediatria A.O.S.G.Moscati- Consulente HACCP, Igiene e Sicurezza Alimentare- Studio di Medicina Olistica Estetica e Nutrizione Clinica**



- PREPARAZIONI GALENICHE E MAGISTRALI
- FARMACI VETERINARI
- PUNTOBLU. PRENOTAZIONE & TICKET

 **Farmacia Amodeo**  
Via Tagliamento, 42/44 - 83100 Avellino - Tel. 0825 36917  
www.farmaciamodeo.it - farmaciamodeo@libero.it

- CONTROLLO DELLA PRESSIONE
- CONSULENZE DERMOCOSMETICHE
- FIDELITY CARD CIRCUITO IPERNETWORK



► **CHE COS'È.** *E' un'alga azzurra che cresce nelle acque di laghi salati africani e messicani e in alcuni laghi d'acqua dolce*

# Proprietà nutrizionali della spirulina

*Ricca di proteine vegetali, è molto utile per il sistema nervoso e il sistema immunitario*

La NASA l'ha adottata come cibo per gli astronauti, l'Organizzazione Mondiale della Sanità l'ha definita l'alimento più completo al mondo, il Dipartimento dell'Agricoltura degli Stati Uniti d'America (USDA) l'ha inquadrata come l'alimento del futuro.

Di quale "superfood" stiamo parlando?

Parliamo della spirulina (*Arthrospira platensis*), una microalga azzurra di acqua dolce, unicellulare dalla forma stretta e allungata che non supera il mezzo millimetro di lunghezza, che viene considerata un elisir di lunga vita possedendo straordinarie proprietà benefiche per la salute dell'uomo.

Un super alimento che contiene dal 51% al 71% di proteine, comprendente tutti gli amminoacidi essenziali oltre a vitamine B1 (tiamina), B2 (riboflavina), B3 (nicotinamide), B6 (piridossina), B9 (acido folico), vitamina C, vitamina D, vitamina A e la vitamina E. La spi-

rulina è inoltre una fonte di potassio, calcio, cromo, rame, ferro, magnesio, manganese, fosforo, selenio, sodio e zinco.

Il nome "spirulina" deriva invece dalla forma di quest'alga che ricorda, come si intuisce dal suo stesso nome, quella di una spirale.

L'utilizzo alimentare di spirulina è molto antico, pare infatti risalga al tempo dei Romani che la destinavano all'alimentazione delle popolazioni africane (*Spirulina platensis*). Quest'alga era presente anche nella dieta delle civiltà precolombiane (*Spirulina maxima*); tale tradizione venne riportata dal "conquistador" spagnolo Cortés che nei primi anni del '500 assoggettò l'impero Atzeco.

La spirulina fa bene, grazie alle vitamine presenti, alla vista, al sistema nervoso, al cuore e rimineralizza le ossa.

Oggi gli integratori a base di spirulina sono molto in voga tra gli sportivi e tra chi desidera rag-



giungere in fretta il proprio peso forma o cerca un'alternativa naturale agli integratori multivitaminici-minerali e ricostituenti di sintesi. Nel primo caso viene sfruttato l'elevato contenuto di vitamine e minerali che fungono da cofattori

enzimatici per sostenere la produzione energetica durante uno sforzo muscolare particolarmente intenso.

Nella produzione di questo super alimento l'Italia sta facendo la sua parte, in particolare il sud del

Paese, grazie allo stabilimento della AlghePAM, nei pressi di Acciari, in provincia di Salerno, che coltiva la spirulina, che consente di avere un impatto positivo sull'ambiente e sulla salute dell'uomo.



## DONNE

### Gravidanza oltre i 40 anni: quali sono i rischi materni?

Mario Polichetti\*



**N**ei Paesi occidentali sono sempre in numero crescente le donne che affrontano una gravidanza in età avanzata ovvero oltre i 40 anni, in gran parte per motivi legati a ragioni economiche e sociali le-

gate allo studio ed alla carriera ed anche perché la famiglia, così come era intesa tradizionalmente nella sua immutabile stabilità, non esiste più. Tuttavia, l'età materna avanzata, può influire negativamente sul decorso della gravidanza determinando una maggiore incidenza di complicanze come l'aborto, la gravidanza extrauterina, la presenza di feti con corredo cromosomico aberrante, ritardi di crescita intrauterina del feto e prematurità.

Anche lo stato di salute della gravida attempata ed il decorso della gravidanza possono essere influenzate negativamente per la maggiore possibilità di insorgenza di complicanze come il diabete, la preeclampsia, le emorragie precoci e tardive della gravidanza, la rottura prematura delle membrane, anomalie del travaglio e frequente ricorso all'espletamento del

parto mediante taglio cesareo.

In quest'ambito sembrano essere particolarmente a rischio per complicanze ostetriche e per l'insorgenza di preeclampsia e gestosi il gruppo delle nullipare dopo i 40 anni.

Alla luce di questi dati che rappresentano ormai una realtà consolidata e supportata anche da numerosi studi scientifici si può affermare che il dilatarsi dell'età ri-

produttiva, favorito anche dai progressi nel campo della fecondazione assistita, stanno rendendo la gravidanza in età avanzata e molto avanzata un'evenienza sempre più frequente e ci si comincia a chiedere, con onestà, fino a dove si potrà e sarà lecito arrivare.

Il messaggio che vorremmo venisse recepito dalle aspiranti mamme è quello di non ritardare oltre misura il momento del concepimento perché le gravidanze in età avanzata sono comunque gravidanze a rischio sia per la salute della donna che del nascituro.

Bisogna dare la precedenza alla maternità e non subordinarla a fattori di carriera e sociali che pure hanno la loro importanza ma sono sicuramente secondari rispetto alla felicità di una nascita che avviene al momento giusto e nelle condizioni migliori.

\*Direttore Vicario Gravidanza a Rischio Azienda Universitaria Salerno



## L'ANALISI

### Menopausa precoce e malattie croniche

Attilio Spidalieri\*



**L**e donne che hanno una menopausa precoce, all'età di 40 anni o meno, presentano un rischio di sviluppare malattie croniche e multiple, durante la sessantina, tre volte mag-

giore rispetto alle donne che hanno una menopausa ad un'età di 50 / 51 anni. "I medici dovrebbero pensare ad una ricerca e ad una valutazione completa dei fattori di rischio quando trattano donne la cui menopausa è precoce", commenta Gita Mishra, ricercatrice della Queensland University di Brisbane (Australia), principale autrice di un articolo sull'argomento. Detto articolo, apparso nella rivista scientifica "Human Reproduction" riguarda più di 5.000 donne australiane, dell'età, nel 1996, di 45 / 50 anni, seguite fino al 2016. L'analisi si limita alle menopausa naturali. Le menopausa premature consecutive a intervento chirurgico sono state escluse. In ogni caso sono necessari altri studi, e su altre popolazioni, per validare questi risultati. Le donne hanno risposto ad una prima inchiesta nel 1996, ad una seconda due anni dopo, poi ad altre ogni tre anni fino al 2016. Esse potevano così indicare se fossero state

diagnosticate o trattate per uno dei seguenti undici problemi di salute, nel corso degli ultimi tre anni: diabete, ipertensione arteriosa, malattie cardiache, ictus cerebrale, artrite, osteoporosi, asma, malattia polmonare cronica, depressione, ansia, cancro del seno. Le donne venivano considerate come portatrici di una multimorbilità se sofferenti di almeno due di queste patologie. Durante i venti anni di osservazione il 2,3% delle donne ha avuto una menopausa precoce, e il 55% di esse ha sviluppato una multimorbilità. In paragone alle donne che hanno avuto la menopausa a 50 / 51 anni, quelle che l'hanno avuta prematuramente erano due volte più suscettibili di contrarre un'associazione di patologie all'età di 60 anni, e tre volte più suscettibili dopo i 60 anni.

La menopausa prematura è associata a questo rischio aumentato, anche dopo aver tenuto conto di altri fattori che potrebbero influenzare i risultati (il fatto di avere o no dei figli, il numero dei figli, l'educazione, il sovrappeso, l'abitudine al fumo, l'attività fisica, etc.) Certo non possiamo dire che la menopausa prematura è la causa di malattie associate, possiamo solo dire che essa è spesso associata a dette malattie.

\*Specialista in Endocrinologia e Diabetologia

