



*Maggiore attenzione a stili di vita corretti sul fronte dell'alimentazione (57%), del movimento (47%) e della prevenzione (62%), ma anche una minore soddisfazione in merito al proprio stato di salute, sia dal punto di vista fisico che psicologico e mentale. Questi alcuni dei risultati dell'indagine promossa da Onda in occasione del suo decennale, per rilevare come sia cambiata negli ultimi dieci anni la percezione che le donne hanno del proprio benessere*



Milano, 4 febbraio 2016 – Oggi,

come nel 2006, la salute rimane lo scopo primario nella vita delle italiane. Per il 69% delle donne il benessere rappresenta una priorità, ma per quanto facciano di più rispetto al passato per stare bene, solo il 46% è soddisfatto (70% nel 2006) della gestione della propria salute e 2 su 3 (67%) vorrebbero poter fare di più. Questo il profilo della donna italiana che emerge da un'indagine promossa dall'Osservatorio nazionale sulla salute della donna (Onda) su un campione di 800 nostre connazionali di età compresa tra i 18 e i 64 anni, con l'obiettivo di analizzare come sia evoluto a distanza di 10 anni il rapporto femminile con il proprio benessere. I dati della survey, che replica un'analoga ricerca svolta da Onda nel 2006, sono stati presentati questa mattina in conferenza stampa, in occasione del decennale dell'Osservatorio.

Secondo quanto emerso dall'indagine, molti sono stati i risultati raggiunti e, rispetto a dieci anni fa, si evidenzia un generale miglioramento degli stili di vita corretti: le donne curano molto di più la propria alimentazione (57%), ritenuta un elemento importante per mantenere un buono stato di salute, e svolgono maggiore attività fisica: oggi quasi la metà delle intervistate la pratica regolarmente (47%). Inoltre, appaiono molto più sensibilizzate e vicine al concetto di prevenzione, sia dal punto di vista dichiarato che pratico: il 49% afferma, infatti, di fare prevenzione (rispetto al 44% del 2006), mentre il 62% (rispetto al

48% del 2006) si sottopone a controlli e visite anche in assenza di malattie o problematiche specifiche.

A tale proposito, dalla survey risulta che le principali barriere che ostacolano un'efficace attività di prevenzione sono il costo delle prestazioni (63%) e la scarsa informazione sugli esami di screening da effettuare (24%). In aumento anche il ruolo della donna come caregiver: 3 su 4, infatti, si occupano del benessere di almeno un familiare, pur percependo verso di sé meno supporto da parte della propria famiglia, utilizzando soprattutto Internet come principale fonte di informazioni e aggiornamenti sui temi di salute (65% contro l'8% del 2006).

I risultati dell'indagine mostrano quindi un miglioramento del rapporto delle italiane con il proprio benessere non ancora privo, però, di elementi negativi: oggi le donne, rispetto alla precedente rilevazione del 2006, si dichiarano, infatti, meno soddisfatte del proprio stato di salute sia dal punto di vista fisico (23% sono poco e per nulla soddisfatte, di contro il 17% nel 2006), sia da quello psicologico e mentale (14% poco o per nulla soddisfatte rispetto al 10% nel 2006). In particolare, lo stress e i problemi psichici sono i principali disturbi che affliggono le intervistate.

Tra le criticità emerse dalla ricerca, il 44% ritiene insufficienti i servizi offerti dal Servizio Sanitario Nazionale e simili percentuali di insoddisfazione si riscontrano anche rispetto all'attenzione alle esigenze femminili da parte di ospedali e Istituzioni (rispettivamente il 46% e il 47%). Proprio in merito a questi aspetti, Onda, da sempre impegnata sul fronte della promozione di una cultura della medicina di genere, dal 2007 premia con l'assegnazione di Bollini Rosa gli ospedali italiani che offrono servizi dedicati alla prevenzione, diagnosi e cura delle principali patologie femminili, riservando particolare attenzione alle specifiche esigenze dell'utenza rosa.

“La nascita di Onda – afferma Francesca Merzagora, cofondatrice e Presidente Onda – ha rappresentato una grande sfida con l'obiettivo di promuovere la medicina di genere richiamando l'attenzione a tutti i livelli sulle principali patologie femminili. Molti risultati sono stati raggiunti: dai dati emersi dall'indagine, rispetto a quella svolta dieci anni fa, si evidenzia un miglioramento degli stili di vita corretti (alimentazione e movimento, ormai praticato abitualmente dal 47% delle donne) e una maggiore attenzione alla prevenzione, messa in atto dal 62% delle intervistate. Tumori (55%), disturbi psichici e stress (39%), malattie neurodegenerative (25%) e malattie cardiovascolari (18%) sono le principali preoccupazioni di salute delle italiane. Molto ancora resta da fare: per migliorare la percezione delle donne sul grado di attenzione delle Istituzioni nei confronti della loro salute e sui servizi offerti dal Servizio Sanitario Nazionale (il 44% non li ritiene sufficienti), per aumentare il loro livello di soddisfazione sulla gestione del proprio benessere (dal 70% del 2006 al 46% di oggi), per promuovere ulteriori campagne contro l'abitudine al fumo (ancora oggi 1 donna su 4 continua ad essere fumatrice). Occorre anche riflettere sul cambiamento radicale dell'approccio farmacologico: l'utilizzo esclusivo della medicina tradizionale passa dal 71% al 25%, a favore della medicina alternativa: a tale proposito, Onda sottolinea l'importanza per le patologie serie di non abbandonare un approccio terapeutico tradizionale. Interessante, inoltre, la curiosità delle donne italiane sulla loro salute, sfruttando in particolare Internet come mezzo preferenziale per reperire informazioni e aggiornamenti (dall'8% del 2006 al 65% di oggi)”.

“I primi 10 anni di Onda sono trascorsi molto velocemente e tante sono state le iniziative compiute – dichiara Alberto Costa, Vice Presidente Onda, chirurgo e senologo presso Gruppo Multimedita di Milano – Personalmente ho avuto la fortuna di veder realizzato un sistema di valutazione degli ospedali attenti alle donne (il programma 'Bollini Rosa') e di vedere comparire finalmente in Internet un sito pieno di

informazioni accurate e validate, che posso consigliare alle mie pazienti per qualsiasi problema di salute al femminile. L'augurio a Onda per il suo compleanno? Riuscire a concretizzare, nel prossimo decennio, un ospedale interamente dedicato alle patologie femminili, intersecando le competenze e le conoscenze della medicina con le diverse fasi della vita della donna, dalla pubertà all'età fertile, dalla menopausa alla senescenza”.

“In questi primi 10 anni – sostiene Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Psichiatria e Direttore del Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell’ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano – Onda ha dato un forte contributo nell'evidenziare la specificità di genere delle malattie mentali avvicinando le persone alle cure attraverso iniziative legate ai Bollini Rosa. Il forte impatto dello stress e dei disturbi psichici (1 intervistata su 4) che emerge dall'indagine è dovuto anche al ruolo multitasking della donna a conferma dei dati internazionali. Onda ha poi contribuito a evidenziare e mettere in rete i centri di eccellenza per la diagnosi e cura della depressione perinatale e a premiare gli Ospedali fortemente impegnati contro la violenza femminile”.

“L’indagine presentata – conclude Marisa Porrini, Direttore Dipartimento Scienze per gli Alimenti, la Nutrizione e l’Ambiente dell’Università degli Studi di Milano – mette in evidenza l’attenzione crescente rivolta dalle donne all’alimentazione e allo stile di vita, quali elementi primari per il mantenimento di un buono stato di salute. Nelle attività intraprese, Onda ha dedicato uno spazio anche a questi aspetti, focalizzando la necessità di sensibilizzare sempre più le donne alla prevenzione. A tal fine, un primo obiettivo è il più facile accesso ad informazioni corrette e fondate su evidenze scientifiche, sia per gli aspetti specifici di genere, sia per quelli più generali, legati al ruolo attivo da sempre svolto dalla donna nelle scelte alimentari per l’intera famiglia e la comunità. La cura nella definizione della dieta quotidiana e l’attenzione all’attività fisica devono essere supportati da grande attenzione e scelte consapevoli”.

*fonte: ufficio stampa*