Menopausa : inizia una vita nuova

Pubblicato: Martedì 5 Ottobre 2004

Il 18 ottobre prossimo, in occasione della "Giornata mondiale per la donna in menopausa", sarà possibile per le donne di Varese effettuare presso l'Ambulatorio della menopausa visite gratuite. Il Centro aderisce infatti all'iniziativa "Porte aperte alla prevenzione: ricomincio da 50", promossa dalla Società italiana per la menopausa.

Il momento della menopausa è un appuntamento decisivo per ogni donna: segna il termine di una fase della vita, quella riproduttiva, e ne apre un altro, altrettanto importante. In questi anni in cui le donne sono state protagoniste di enormi cambiamenti culturali e sociali, questo passaggio è vissuto in maniera diversa rispetto al passato. Lo conferma una recente ricerca promossa da DonnEuropee Federcasaltinghe e Fondazione Organon, condotta a livello nazionale su 1787 donne (282 della Lombardia, pari a circa il 15,8% delle intervistate).

Dall'indagine risulta che il 49% delle donne over 50 frequenta una palestra, oltre la metà si reca dal ginecologo almeno una volta all'anno, il 24% svolge un'attività lavorativa, il 30% dichiara di utilizzare il computer e il 22% naviga su Internet. Le donne over 50 mostrano un approccio più attento alla sessualità e affrontano la menopausa con maggiore consapevolezza e con un atteggiamento decisamente più positivo rispetto al passato. A dispetto quindi di vecchi stereotipi e luoghi comuni, le donne all'esordio della seconda età adulta sfoderano una marcia in più, ma soprattutto una gran voglia di pensare a se stesse. Oltre ad una vita più attiva, mostrano una maggiore attenzione per il proprio corpo, per la prevenzione e la salute.

La menopausa corrisponde alla fine di una fase della vita della donna, ma non deve essere vissuta per questo in modo rinunciatario. Le cinquantenni di oggi sono diverse dalle loro madri, forse mai come in questo momento.

Un profilo della coppia over 50 dell'area di Varese emerge da un'indagine sulla sessualità condotta dal Centro della Menopausa attraverso un questionario a cui hanno risposto circa 200 intervistati (con un'età media di 55 anni per le donne e 57 per gli uomini).

In generale dalla ricerca emerge un dato confortante: in gran parte gli interpellati si ritengono soddisfatti del proprio rapporto di coppia (circa il 65% delle donne e il 69% degli uomini). L'indagine rivela tuttavia che le donne over 50, anche se riconoscono l'importanza della sessualità nella loro vita (48,4 % del campione), seppure in misura inferiore rispetto ai loro partner (72,6%), si sentono particolarmente penalizzate, in quanto rivelano un più accentuato calo del desiderio e denunciano difficoltà a raggiungere l'orgasmo. Il 53% delle donne dichiara infatti di avere problemi su questo versante contro il 20,4% dei loro coetanei.

Appare interessante in proposito il differente peso assegnato da uomini e donne ai vari fattori che contribuiscono alla realizzazione di una sessualità soddisfacente. Entrambi i partner identificano nel raggiungimento dell'orgasmo e nello scambio di tenerezze elementi essenziali ai fini del loro benessere dal punto di vista sessuale, ma alcuni fattori che riguardano la qualità della relazione, quali fiducia, comprensione, conoscenza reciproca e accordo intellettuale, sembrano assumere un ruolo più rilevante per la donna. Altro dato estremamente significativo, a conferma delle problematiche legate alla menopausa, è la particolare importanza attribuita dalle donne ad avere rapporti non dolorosi, come segnalato dal 93% delle intervistate.

Con un'età anagrafica che spesso non corrisponde a quella biologica e un'attesa di vita che supera gli 82 anni, diventa di particolare importanza per le donne in questa fase disporre di tutte le informazioni e gli strumenti necessari per poter affrontare positivamente un periodo che abbraccia ormai un terzo della loro esistenza.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it