

# Consultorio e menopausa

Conferenza nazionale di consenso  
Quale informazione per la donna in menopausa  
sulla terapia ormonale sostitutiva?

Torino, 16-17 Maggio  
2008

AZIENDA AUSL DI BOLOGNA  
Dipartimento Cure Primarie città di Bologna  
U.O.Consultori

Spazio Menopausa Dr.ssa P. Masi

Le problematiche legate alla salute della donna in menopausa vanno, oggi, da quelle della complessa fase di transizione fino a quelle che precedono la terza età ( 45-50 fino a 65 anni ).

La mutata sensibilità fa sì che la menopausa, specifico aspetto della “salute di genere”, venga ad intrecciarsi con il problema dell’invecchiamento.

Stiamo infatti assistendo alla definitiva scomparsa della sincronia che in passato faceva coincidere il decadimento della fertilità con la perdita del ruolo sociale e l’inizio di una “ irreversibile” involuzione biologica.

Problematiche che obbligano gli operatori della salute a confrontarsi con temi che sono insieme sanitari, culturali, politici e sociali.

Nel nostro caso con il numero sempre più ampio di donne, cronologicamente “anziane” ma biologicamente e socialmente attive, che richiedono una qualità di vita, in passato neppure immaginata, a cui il Servizio Sanitario deve dare risposta.

La conseguenza è l’attenzione che il mondo scientifico e sanitario rivolge verso quelle patologie cronico degenerative proprie della terza età ma le cui basi si ascrivono al periodo di transizione e alla menopausa e che, più di altre, rivestono carattere di prevedibilità (obesità, arteriosclerosi, osteoporosi, ecc...).

La “prevenzione” rappresenta un intervento efficace per contrastare queste affezioni non imputabili al solo patrimonio “genetico-costituzionale” ma al condizionamento di molteplici fattori (ambientali, economici, culturali, sociali, ecc..) che si traducono nella terminologia condivisa di “stile di vita”.

Lo stile di vita è stato definito dall’OMS quale requisito necessario per il mantenimento di un buon stato di salute quindi di una buona qualità di vita.

Educare alla salute significa far acquisire coscienza su questi temi. Le strategie sono molteplici ma spesso questa fascia di età è tagliata fuori da percorsi integrati rivolti a una popolazione più giovane.

In consultorio è possibile integrare l'attività clinica, di diagnosi e cura, con interventi di tipo preventivo legati all'educazione sanitaria.

In molte regioni come in Emilia Romagna ( dove dal 2002 al 2004 le donne seguite per problematiche menopausali sono passate da 2386 a 3012 con un incremento del 62% ) ed in particolare nell'AUSL di Bologna ( Bologna e provincia dove un terzo delle utenti dei servizi territoriali supera i 50 anni) la gestione della salute della donna in menopausa è stata affidata al consultorio, servizio che, istituzionalmente, può attuare sia interventi di tipo sanitario che di educazione alla salute.

L'approccio multidisciplinare ed integrato degli operatori abituati, per statuto, ad una metodologia di lavoro in équipe, garantisce la presa in carico della donna in menopausa nella sua globalità, superando così una mera visione organicistica.

## MODELLO ORGANIZZATIVO

Consultori assicurano, a livello territoriale, la presa in carico. La rete dell'offerta ha permesso di mantenere i tempi di attesa entro i 25-40 giorni e, grazie all'accesso diretto, di dare una risposta immediata alle problematiche urgenti.

Spazio Menopausa è centro di coordinamento e programmazione sia di attività sanitarie che di iniziative di educazione alla salute; è collocato in sede consultoriale; è dotato di una équipe dedicata e stabile ( es: ginecologo, psicologo, ostetrica, dietista o di altri operatori in base alle risorse territoriali ), punto fondamentale di riferimento in un campo in cui le scelte terapeutiche, spesso messe in discussione, devono essere condivise.

## Spazio Menopausa

- Accoglienza
- Attività Sanitaria
- Collaborazione formalizzata - Medici di Medicina Generale - Struttura Ospedaliera
- Attività di Educazione alla Salute - Counselling informativo individuale - Gruppi di Informazione e Discussione
- Attività di sostegno Gruppi di Auto Aiuto



- Accoglienza presente in tutte le sedi consultoriali si identifica nel primo colloquio effettuato, in genere, dall'ostetrica, rappresenta il momento informativo fondamentale per una risposta immediata e il filtro per una successiva presa in carico.
- Attività sanitaria presente anche nei consultori ad attività generalista ma con percorsi specifici( attività ambulatoriale di psicologia, counselling sessuologico, counselling dietologico, rieducazione del piano perineale ) e con protocolli diagnostici facilitati (colposcopia, ecografia transvaginale, isteroscopia, ecc..) eseguibili nella stessa sede o in altre della rete consultoriale.

- Collaborazione formalizzata
  - Medici di Medicina Generale attraverso strumenti di comunicazione efficace ( lettera informativa, in parte prestampata e in parte personalizzata, riguardo l'iter diagnostico e terapeutico; incontri di confronto e di aggiornamento) perché si realizzi continuità diagnostica ed assistenziale, diversificata per le rispettive competenze ma condivisa.
  - Struttura Ospedaliera attraverso percorsi facilitati e preordinati inerenti l'invio dei casi necessari di approfondimento diagnostico, l'effettuazione di indagini strumentali complesse, i controlli pre e post operatori.

- Attività di educazione alla salute
- Counsellig informativo individuale seduta di prima accoglienza.
- Gruppi di Informazione e Discussione

Il lavoro con i gruppi è uno strumento fondamentale per favorire momenti di aggregazione capaci di attivare risorse ed autocompetenze volte a divulgare una cultura della menopausa e dell'invecchiamento nei termini di benessere e qualità di vita.

Questi incontri di gruppo sono parte integrante dell'attività dello Spazio Menopausa, a cadenza programmata, tre cicli annui di otto incontri con un numero di partecipanti che consenta il confronto.

## TEMATICHE dei GRUPPI di INFORMAZIONE e di DISCUSSIONE

- Evento menopausa, come cambia il corpo e perché.
- Aspetti psicologici, relazioni familiari e sociali, il rapporto di coppia e la sessualità.
- Quale terapia, convenzionale e non convenzionale benefici, effetti collaterali, controversie, rischio oncologico e metabolico, ecc...
- Incontinenza urinaria, come è possibile contrastarla  
l'ostetrica è la figura individuata per la rieducazione del piano perineale; attraverso tecniche specifiche, viene insegnato a prendere coscienza di questa muscolatura, a riconoscerla per eseguire esercizi di tonificazione.

- Consigli dietetici e stile di vita per promuovere i principi base per una sana alimentazione, IRAN 2003, e per una attività fisica adeguata; per sensibilizzare sul sovrappeso come possibile fattore di rischio per varie patologie; per favorire, tramite la conoscenza, un autocontrollo alimentare nel tempo, in alternativa a diete prescrittive che, spesso, non mantengono i risultati conseguiti .
- Incontri attivi con esercizi di postura e rilassamento condotti in palestra per aiutare a contrastare eventuali patologie osteo-articolari.

- Attività di Sostegno - Gruppo di Auto Aiuto  
Attivato su richiesta delle partecipanti ai Gruppi di Informazione e di Discussione esprime il bisogno di uno spazio di gruppo che, andando oltre l'ambito informativo, possa diventare un sostegno alla sofferenza psicologica.

I temi più frequenti portati dalle partecipanti - conflitti di coppia e/o familiari, separazioni conflittuali, lutto, difficoltà genitoriali, gravi problemi di salute ( oncologia, patologie croniche invalidanti...) - testimoniano situazioni dolorose che richiedono una ridefinizione del sé e dei progetti di vita futuri in un momento di particolare fragilità psicologica.

## Considerazioni

Un dato nuovo ma non inatteso è l'incremento di donne straniere in menopausa, cittadine immigrate da paesi comunitari o extracomunitari.

Le modalità assistenziali devono tener conto del diverso modo di affrontare la problematica menopausale e della necessità di adeguamento professionale degli operatori.

Per un superamento delle difficoltà legate a stereotipi culturali diversi ( in pratica difficoltà a far applicare correttamente protocolli diagnostici e terapeutici rigidi e codificati ) diventa necessaria una collaborazione costante e fattiva con centri ed operatori di medicina non convenzionale.

# Conclusioni

Questa organizzazione consultoriale, come altre analoghe presenti in varie regioni italiane, viene a realizzare, attraverso lo Spazio Menopausa, centri non solo di diagnosi e cura ma anche di medicina preventiva e di osservazione epidemiologica territoriale della terza età femminile.

Attraverso l'attività multidisciplinare di équipe si lavora per l'empowerment della donna, per andare oltre il binomio sintomo-terapia, che porta, il più delle volte, ad una soluzione farmacologica.



Attraverso percorsi di Educazione alla Salute, la donna può acquisire, anche in questa fase della vita, la capacità per una partecipazione attiva al percorso terapeutico al fine di migliorare il suo benessere individuale e ridurre il suo rischio di malattia.

Grazie

