

SPECIALE DONNA ***Dimensione Menopausa***

TERME DELL'EMILIA ROMAGNA

Ritrovare l'equilibrio: MENOPAUSA E BENESSERE TERMAL

Recenti studi scientifici condotti in collaborazione con l'Università degli Studi di Parma hanno riportato l'attenzione su un momento particolare della vita della donna: *il climaterio*. Durante tale fase si verifica una progressiva involuzione dell'attività ormonale e di tutti i processi correlati alla capacità riproduttiva. Nella donna si osserva la graduale riduzione dell'attività degli estrogeni, che governano innumerevoli processi legati alla vita femminile tra cui la capacità ovulatoria, che progressivamente si esaurisce.

Gli studi sono partiti dalla convinzione che in questa delicata fase della vita si giochino le future condizioni di salute della donna. E' dunque durante la pre-menopausa che si può intervenire per modificare l'assetto ormonale e metabolico e prevenire disturbi tipici dell'età.

A partire dai 50 anni, con la caduta degli estrogeni che accompagna la menopausa, compaiono i primi sintomi acuti di natura vasomotoria (vampate di calore improvvise, palpitazioni, sudorazioni profuse specie notturne, ecc) o neurovegetativa (irritabilità, nervosismo, ansia, astenia persistente, stati depressivi ecc).

Ma è con l'arrivo della menopausa che si prospettano i disagi fisici maggiori: la carenza di estrogeni nel lungo termine, infatti, sottopone la donna a un maggior rischio di problemi di salute, come malattie cardiovascolari e osteoporosi. Per ridurre il rischio di potenziali problemi, alcune donne in postmenopausa assumono una terapia ormonale sostitutiva personalizzata che le aiuta a tenere sotto controllo i sintomi della menopausa e a mantenere più a lungo una struttura ossea più resistente. Tale terapia, tuttavia, va interrotta dopo alcuni anni per evitare l'aumento di rischio di tumore alla mammella o all'utero.

*Meglio sarebbe prevenire, ed è proprio la **prevenzione** l'obiettivo primario che le **Terme dell'Emilia Romagna** si sono proposte in tema di menopausa.*

Presso diverse stazioni termali delle **Terme dell'Emilia Romagna** è possibile seguire **programmi completi e personalizzati di prevenzione** per la *menopausa* comprendenti il check-up delle problematiche climateriche, la visita ginecologica, la densitometria ossea, la valutazione del rischio di malattia cardiovascolare e, a conclusione, gli eventuali consigli terapeutici, dietetici e di stili di vita personalizzati secondo le proprie esigenze. I programmi includono inoltre gli opportuni suggerimenti per la prevenzione delle neoplasie che con maggiore frequenza colpiscono la donna in *menopausa* (utero, ovaio, seno, intestino).

Gli studi condotti su un campione di donne fra i 45 e i 51 anni soggette a variazioni mestruali hanno dimostrato che il trattamento con l'**acqua salsobromiodica** agisce efficacemente sia a livello endocrino che a livello generale e locale, ripristina la regolarità del ciclo e rallenta i problemi menopausali.

La terapia proposta dalle **Terme dell'Emilia Romagna** per il trattamento preventivo dei disturbi legati alla *menopausa* consiste in due cicli di **balneoterapia** in **acqua salsobromiodica**, da eseguirsi a distanza di

sei mesi l'uno dall'altro. Si tratta di 15 bagni termali di 15-20 minuti ciascuno, a temperatura di 37°C, con densità crescente, a cui è possibile associare le **irrigazioni** e gli **aerosol vaginali**.

Questi trattamenti contribuiscono efficacemente a:

- ✓ *migliorare il trofismo vaginale;*
- ✓ *aumentare la secrezione ormonale;*
- ✓ *far scomparire le palpitazioni;*
- ✓ *migliorare l'umore.*

*Alle **Terme dell'Emilia Romagna** la donna può finalmente contare su una **terapia naturale alternativa** che le consenta di ritardare di qualche anno la menopausa e con essa tutti i problemi fisici correlati.*

Ricordiamo che il ciclo di 12 bagni termali e 12 irrigazioni vaginali può essere effettuato in convenzione con il Servizio Sanitario Nazionale, con la sola corresponsione del ticket sanitario previsto. Come per le altre cure termali è sufficiente presentare allo stabilimento termale la richiesta del proprio medico di famiglia.

Per ulteriori informazioni sui trattamenti offerti dalle **Terme dell'Emilia Romagna**:

Coter srl

Numero Verde: 800 888850 - info@termemiliaromagna.it - www.termemiliaromagna.it