

Incontinenza: come scegliere gli assorbenti uomo

Pubblicato: Venerdì 13 Settembre 2019



Negli ultimi anni capita **spesso di sentir parlar di incontinenza**, che però viene spesso considerata come una problematica esclusivamente femminile. Del resto il parto, la scarsa attività fisica, la menopausa sono tutti elementi che contribuiscono, nella donna, a favorire l'insorgenza dell'incontinenza. In realtà però dopo i 55 anni anche per l'uomo l'incontinenza diviene un problema serio e decisamente molto diffuso. Anche se in alcuni casi la problematica si può risolvere contattando un urologo esperto, è vero che per molti l'incontinenza continua a manifestarsi, sotto varie forme. In questi casi conviene valutare a fondo gli **assorbenti uomo da scegliere**, in modo da avere a disposizione degli accessori comodi e pratici.

L'anatomia maschile

Visto che ormai da lungo tempo si parla di incontinenza e solo negli ultimi tempi **si associa questa problematica anche all'uomo**, in gran parte dei negozi sono disponibili numerosi assorbenti pensati per la donna. Sono di certo pratici e molto comodi per le donne, ma questo tipo di accessori mostrano una serie di problematiche se indossati dall'uomo. La principale è correlata alla diversa struttura fisica dell'uomo, che è soggetto a perdite urinarie in zone diverse rispetto alla donna: l'assorbente quindi non raccoglie le gocce di urina in maniera completa. Fortunatamente oggi sono disponibili diversi modelli di assorbenti per uomo, conformati in modo da **rispondere alle esigenze specifiche dell'uomo**, diversi ovviamente dai prodotti per donna.

Un problema con mille sfaccettature

L'incontinenza urinaria maschile si può manifestare in diversi modi. Ci sono soggetti con incontinenza leggerissima, o addirittura intermittente; altri invece sono colpiti in modo severo da questo disturbo. Gli assorbenti da uomo da utilizzare in ogni situazione diversa sono chiaramente molto differenti tra loro. Nei negozi specializzati in questo tipo di prodotti si trovano oggi assorbenti di varie forme, dimensioni e tipologie, a partire da quelli a coppetta, adatti a chi ha perdite urinarie molto leggere o occasionali, per arrivare ai modelli a mutandina, con zone costituite da polimeri super assorbenti, che riescono a trattenere ampie quantità di liquido e non lo rilasciano neppure dopo una regolare e costante pressione, come avviene quando si sta a lungo seduti alla scrivania. Grazie a prodotti di questo genere l'incontinenza urinaria diviene un brutto ricordo, visto che **gli assorbenti permettono di muoversi**, di fare attività fisica, senza che li si noti minimamente.

Come vivere l'incontinenza urinaria

Si deve poi comprendere che **questo tipo di disturbo è molto comune e spesso non curabile**. Un urologo può consigliare degli esercizi, che migliorano il tono del pavimento pelvico e possono alleviare i sintomi dell'incontinenza urinaria. Non sempre però sarà possibile rimuoverli completamente, soprattutto in soggetti di età avanzata. L'importante sta nell'utilizzare assorbenti di qualità, che limitino al massimo la possibile insorgenza di irritazioni o infezioni. Ci sono però molti uomini che rinunciano ad alcune cose nella vita, sperando così di eliminare l'incontinenza. Invece è consigliabile mantenersi attivi, bene in modo corretto (almeno 1,5 l di acqua al giorno), effettuare un efficace igiene quotidiana delle parti intime. Questo permette di limitare **numeroso problematiche correlate all'incontinenza**.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it