

Per l'Open Day sulla menopausa ASST Valle Olona offre consulenze e conferenze

Pubblicato: Lunedì 7 Ottobre 2024



In occasione della **Giornata mondiale della Menopausa**, che si celebra il **18 ottobre**, ASST Valle Olona partecipa attivamente alla seconda edizione dell'(H) Open Day sulla Menopausa organizzata da Fondazione Onda ETS.

L'iniziativa si pone l'obiettivo di sensibilizzare le donne sui cambiamenti che accompagnano la menopausa e sulle strategie comportamentali, diagnostiche e terapeutiche che consentono non solo di migliorare i disturbi che connotano le problematiche a breve termine, ma anche di prevenire e ridurre le complicanze a medio-lungo termine, come le malattie cardiovascolari, l'osteoporosi e le demenze.

I SINTOMI DELLA MENOPAUSA: MOLTO IMPORTANTI, POCO AFFRONTATI

La menopausa è vissuta dalle donne come portatrice di grandi cambiamenti: di fatto la sintomatologia ad essa associata colpisce la maggior parte delle donne, con i disturbi del sonno (76%), le vampate di calore o sudorazione eccessiva (73%) e la stanchezza (73%) che rappresentano quelli più frequenti.

I sintomi sono inoltre spesso severi, con conseguente impatto medio-alto sulle diverse sfere di vita per circa il 50 per cento delle donne: l'aspetto sessuale, fisico e il benessere psicofisico sono le sfere maggiormente impattate.

Tuttavia, circa la metà delle donne non assume alcun rimedio per prevenire o far fronte alla

sintomatologia, ritenendola sopportabile oppure considerando la menopausa come una normale fase della vita che non richiede trattamenti particolari.

LE INIZIATIVE NEL TERRITORIO DELLA ASST VALLE OLONA

Per fornire un aiuto concreto alla popolazione femminile afferente ai Distretti di pertinenza, ASST Valle Olona offrirà nella giornata del 18 ottobre diverse iniziative. Eccole nei particolari:

Conferenza in presenza (dalle 10.30 alle 12.30) dal titolo “**Menopausa: tutto ciò che devi sapere**” nel Consultorio Familiare della **Casa di Comunità di Busto Arsizio** (situata nel Presidio Ospedaliero di Busto Arsizio, Padiglione Pozzi, II piano – ingresso da Viale Stelvio). Saranno trattate tematiche quali: cambiamenti fisiologici e psicologici in menopausa, Cure mediche e cure naturali, controlli sanitari e stili di vita consigliati, benessere in menopausa. Prenotazione obbligatoria entro l’11 ottobre (chiamare il numero di telefono 0331.684362 o inviare una mail a consultorio.busto@asst-valleolona.it, recapiti attivi lun, mar e ven dalle 8.30 alle 12.00, mer dalle 8.30 alle 16.00)

Consulenze sanitarie individuali con l’ostetrica, per donne tra i 45 e i 55 anni, nel **Consultorio Familiare di Fagnano Olona** (Piazza Gramsci 1), dalle 9 alle 12 (una visita ogni 30 minuti circa, 6 posti a disposizione). La prenotazione è obbligatoria e da effettuarsi entro l’11 ottobre, chiamando il numero 0331.684362 o inviando una mail a consultorio.fagnano@asst-valleolona.it (recapiti attivi lun, mar e ven dalle 8.30 alle 12, mer dalle 8.30 alle 16).

Consulenze individuali con la dietista nella **Casa di Comunità di Busto Arsizio** (situata nel Presidio Ospedaliero di Busto Arsizio, Padiglione Pozzi, ingresso da Viale Stelvio, III piano – Ambulatorio IFEC – Dietista), dalle 8.30 alle 13.00, un appuntamento circa ogni 30 minuti, per 10 posti totali disponibili. La prenotazione è obbligatoria e deve essere effettuata entro l’11 ottobre (chiamare il numero di telefono 0331.684362 o inviare una mail a consultorio.busto@asst-valleolona.it, recapiti attivi lun, mar e ven dalle 8.30 alle 12, mer dalle 8.30 alle 16)

Convegno in presenza (dalle 10.30 alle 12) dal titolo “**Salute femminile, benessere e serenità in menopausa**” nella **Casa di Comunità di Lonate Pozzolo** (Via Cavour 21), che tratterà temi quali i cambiamenti fisiologici e psicologici in menopausa, cure mediche e naturali, controlli sanitari e stili di vita consigliati, benessere e sessualità in menopausa. Per partecipare è obbligatorio prenotarsi (30 posti a disposizione) chiamando il numero 0331.751359 o inviando una mail a consultorio.gallarate@asst-valleolona.it (i recapiti sono attivi mar, mer, gio dalle 10 alle 12, lun e gio dalle 14 alle 16.30)

Sempre la **Casa di Comunità di Lonate Pozzolo** mette a disposizione **3 consulenze ostetriche** dedicate alle donne tra i 45 e i 55 anni dalle 12 alle 13. Prenotazione obbligatoria utilizzando i contatti e le modalità già menzionati.

La **Casa di Comunità di Saronno**, infine, organizza per il 18 ottobre **consulenze con il Dietista** (10 posti disponibili) che saranno effettuati in Via Fiume 12 nell’Ambulatorio 2 – piano interrato, dalle 8.30 alle 13. Per prenotare chiamare il numero 02.9613924 o inviare una mail a pua.saronno@asst-valleolona.it

Nel pomeriggio, dalle 14.30 alle 16, si terrà la Conferenza dal titolo “**Conoscere la menopausa per vivere sereni**”, con 10 posti a disposizione. Prenotazione obbligatoria chiamando il numero 02.9613924 o inviando una mail a consultorio.saronno@asst-valleolona.it, attivi dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 10.

Stefania Radman

stefania.radman@varesenews.it

