



SALUTE: MAL DI TESTA È DONNA, LA PREVENZIONE IN UN INCONTRO SABATO A ROMA

Roma, 19 gen. (AdnKronos Salute) - Il mal di testa è donna. Ne sono vittima più le femmine dei maschi, con un rapporto di 5 a 1. La 'colpa' è degli ormoni, ma anche di predisposizione genetica e familiarità. In generale esistono più di duecento diverse forme di mal di testa, di cui soffrono due miliardi e mezzo di persone nel mondo, 9 milioni in Italia. L'emicrania è quella che colpisce di più (12% della popolazione). Di prevenzione, basata su un corretto stile di vita e controlli periodici, si parlerà sabato 24 gennaio, dalle ore 17.00, durante l'incontro gratuito 'Mal di testa è donna: come riconoscere la cefalea, l'emicrania, i disturbi di pressione e le vertigini', promosso e organizzato a Roma, nella Parrocchia San Girolamo a Corviale (via dei Buonvisi 3), dalla onlus Atena Donna (www.atenaonlus.com), presieduta da Carla Vittoria Cacace Maira. Il professor Francesco Di Sabato, dal 2004 direttore dell'Unità operativa Diagnosi e cura delle cefalee del Policlinico Umberto I di Roma, illustrerà come proteggersi dal mal di testa, dall'adolescenza alla menopausa. (segue) (Mad/AdnKronos) 19-GEN-15 16:20

SALUTE: MAL DI TESTA È DONNA, LA PREVENZIONE IN UN INCONTRO SABATO A ROMA (2)

(AdnKronos Salute) - «La cefalea è una patologia complessa che si manifesta con diversi sintomi, come nausea e vomito, disturbi alla luce, agli odori e ai rumori, sensazione di sbandamento - spiega Di Sabato - In tutti i casi il dolore la rende invalidante. Un problema che, se non trattato adeguatamente, è destinato alla cronicità. Ho in cura pazienti che da anni quotidianamente assumono ansiolitici, antidepressivi, antiepilettici e betabloccanti come fossero acqua fresca. Un abuso farmacologico che però non sempre è risolutivo». Non bastano le pillole, infatti. «Alcune forme si possono curare con la ginnastica posturale, ad esempio. Ma occorre fare attenzione all'attività motoria: lo sport peggiora la situazione nel caso in cui la persona soffra di emicrania in fase acuta. Per la cefalea di tipo intensivo, per esempio, è meglio una camminata a passo veloce o una bicicletta lenta». Fra gli altri fattori scatenanti «alcuni cibi (cioccolato, crostacei, formaggi stagionati, insaccati, frutta secca, bevande gassate, alcol), ma anche il freddo e il vento, lo stress e gli sbalzi di temperatura». (Mad/AdnKronos) 19-GEN-15 16:20