

Sanità, parte un ambulatorio dedicato alle donne in menopausa

Il Distretto Sanitario di Cava de' Tirreni - Vietri sul Mare dal 1° dicembre presenta una nuova iniziativa: il Percorso Menopausa.

Ce ne parla, insieme agli Operatori del Consultorio Familiare, il Direttore del Distretto, la dottessa Grazia Gentile. La salute della donna in menopausa sta diventando un aspetto sempre più emergente per l'aumentata aspettativa di vita; infatti la donna trascorre attualmente **più di un terzo della propria esistenza** in menopausa. In questo periodo, estremamente importante della vita, perché pieno di ansie, interrogativi, domande, spesso le donne sono state lasciate da sole: ma da oggi le cose cambiano.

Quali novità ci propone? Tutte le donne in climaterio, cioè in pre-menopausa, e quelle in menopausa possono accedere gratuitamente e senza ricetta medica al Consultorio Familiare, dove abbiamo attivato un Ambulatorio Dedicato.

Cosa vuol dire climaterio? Il climaterio è quel periodo della vita nel quale si verifica la naturale interruzione dell'attività delle ghiandole sessuali. Nella donna intercorre tra l'ultimo ciclo regolare e la definitiva cessazione delle mestruazioni.

E menopausa? Il termine menopausa letteralmente significa "ultimo ciclo mestruale". La menopausa naturale viene definita dall'ultimo ciclo mestruale ed identificata retrospettivamente da dodici mesi di amenorrea (assenza di mestruazioni), in assenza di altre cause patologiche o fisiologiche.

A che età in genere le donne entrano in menopausa? Nel mondo occidentale l'età media è circa 51,4 anni. **Esistono fattori che influenzano l'età di esordio della menopausa?**: Due fattori sembrano influenzare l'età di insorgenza della menopausa: la familiarità ed il fumo, soprattutto in relazione alla durata e al numero di sigarette. Non sono state trovate invece relazioni tra l'età di menopausa e quella del menarca (prima mestruazione), l'uso dei contraccettivi orali, lo stato socio-economico. **Quante sono le donne in menopausa a Cava de' Tirreni?** Sono circa 6270, pari al 12% della popolazione. **Quali prestazioni le donne che si recheranno al Consultorio riceveranno gratuitamente?** Visita ginecologica, ecografia ginecologica, colloqui di orientamento

e sostegno psico-sociale, oltre agli esami di screening per patologie tumorali: pap-test e mammografia. Siamo poi collegati efficacemente con i colleghi dell'Ospedale di Cava per gli eventuali approfondimenti. **Sappiamo che la MOC è un esame fondamentale.** La MOC (mineralometria ossea computerizzata) è un esame che serve per valutare la osteoporosi; per le donne che accedono al percorso menopausa, la offerta è gratuita e si ripete ogni due anni.

Oltre i 70 anni non è più consigliata. Su nostro invito, le donne cavesi potranno recarsi presso il Distretto di Nocera Inferiore per praticare tale importante indagine, sempre a titolo gratuito. **Quali sono i disturbi tipici della menopausa?** In genere, il 60% delle donne ha aumento di peso, il 55% ha vampate di calore, il 43% si sente affaticata, il 41% è o si sente più nervosa, il 39% presenta sudorazione profusa, il 38% accusa emicrania; il 30% presenta insomnia o sintomi depressivi. **Quindi non è solo la fine del ciclo. Ma quali sono le patologie alle quali può andare incontro una donna in menopausa se non attua dei controlli?**

Sebbene la menopausa vada considerata come una condizione naturale e non come malattia a sé stante, le modificazioni ormonali possono determinare una serie di problemi clinici di grande rilevanza, quali l'osteoporosi e le malattie cardiovascolari, il soprappeso, l'ipertensione, l'iperlipediemia.

È possibile il trattamento farmacologico? La decisione di iniziare la Terapia Ormonale



La direttrice del distretto sanitario Cava-Vietri Grazia Gentile (a sinistra) con lo staff del Consultorio di Cava. Da sinistra: Anna Munciguerra, Filomena Adinolfi, Stefania Lorito, Rosa Granato, Luigi Galano e Alfonsina Baldi.

Sostitutiva (TOS) a base di estrogeni o di estro-progestinici deve essere presa solo dopo accurate valutazioni e solo su consiglio medico.

Quali consigli darebbe alle donne che stanno affrontando il periodo della menopausa?

Smettere di fumare, alimentarsi in modo sano, controllare il peso corporeo, possibilmente praticare uno sport o comunque fare lunghe passeggiate. Immaginare nuovi stimoli, coltivare nuovi interessi.

Molto importante è, in questa fase della vita, il dialogo con il Ginecologo e gli Operatori del Consultorio e la effettuazione di adeguato check-up. **Facciamo gli auguri alle donne cavesi per il 2008!**

Per tutte le donne la menopausa dovrebbe essere un segnale per iniziare un Programma di Salute finalizzato a mantenere il benessere psico-fisico per tutta l'esistenza: approfittarne significa gettare basi concrete per vivere al meglio una fase della vita in cui c'è ancora molto da scoprire.

I nostri auguri per il nuovo anno è che le donne vivano la Menopausa come Occasione di Salute.

Icone russe e bulgare in mostra al Palazzo Vescovile

Venerdì 7 dicembre, nella sala del Palazzo Vescovile, in Piazza Duomo è stata inaugurata la mostra "L'arte sacra dell'intelletto", con esposizione di circa 50 icone originali russe e bulgare degli ultimi due secoli. Le opere appartengono alla collezione di Antonio Della Corte.

Nel corso dell'inaugurazione alla presenza dell'arcivescovo Soricelli, si è parlato del valore e della simbologia di una forma d'arte molto diffusa, popolare e raffinata, espressione di una cultura radicata nei secoli ed ancora in grado, pur aprendosi al moderno, di conservare in pieno la sua identità originaria.

L'esposizione proseguirà fino al 6 gennaio (apertura dalle 17 alle 20 nei giorni feriali, dalle 10 alle 13 e dalle 17 alle 21 nei giorni prefestivi e festivi).

Villa Rende ospiterà un caffè letterario, un ristorante e il nuovo ostello della gioventù

Come nei programmi del primo cittadino, nei giorni scorsi è avvenuta la posa in opera della prima pietra a Villa Rende con la benedizione di Fra Gigino. "La nuova Villa Rende ritornerà ai fasti di un tempo" -ha affermato Luigi Gravagnuolo- e sarà uno dei poli culturali della città. La nostra città è ricca di complessi monumentali che dobbiamo non solo recuperare, ma anche rendere funzionali al progetto della città della qualità, facendoli diventare motori di sviluppo".

Secondo l'amministrazione, il complesso sarà completamente rivalorizzato e con il verde della villa comunale annessa sarà destinato a diventare un polo di ospitalità e cultura in grado di autofinanziarsi.

Cooperativa Sociale Girasole: Tombolata di Beneficenza

Tra gli appuntamenti di solidarietà, che si svolgeranno nel periodo natalizio, segnaliamo una serata musicale con tombolata di beneficenza che si terrà il 21 dicembre presso la sala della Biblioteca Comunale di Cava a cura della Cooperativa Sociale Girasole. La cooperativa, con sede in via Filangieri, 44 e sede assistenziale presso Villa Rende, presieduta da Patrizia Papa, è convenzionato con il Comune di Cava ed è impegnata nell'area dei diversamente abili; attua anche servizio domiciliare e offre assistenza specialistica per l'integrazione scolastica.

Siamo certi che il ricavato della tombolata sarà a totale beneficio di persone meno fortunate. Invitiamo la cittadinanza a partecipare numerosa.

ONORANZE E TRASPORTI FUNEBRI F.lli AUFIERO

CREMAZIONI - VESTIZIONI SALME - DISBRIGO PRATICHE - MANIFESTI

SERVIZIO FUNEBRE COMUNALE

cassa a scelta
autofunebre Mercedes
autofioriera Mercedes
Manifesti

Disbrigo Pratiche **€1.000**

089/210774
Nott. e Fest. **089/212297**

Rimessa Via S. Maria del Rovo - CAVA DE' TIRRENI



368/78.06.092
329/13.81.851



339/11.73.007
331/58.03.359

Lettere

Egregio direttore
Apprendo anche dal Suo sito che il sindaco Gravagnuolo ha invitato la cittadinanza ad intervenire all'inaugurazione della nuova opera realizzata a piazza S. Francesco: l'installazione delle barre automatiche del parcheggio. Francamente, credo che a questo ennesimo scempio, dopo quello della distruzione della villetta di fronte all'ex-mattatoio, la cittadinanza si debba ribellare e protestare vivacemente. NON ne possiamo più di questi parcheggi!

A cosa serve un parcheggio in quel posto quando immediatamente vicino esiste quello dell'ospedale? Basterebbe solo pubblicizzarlo meglio e renderlo più facilmente raggiungibile... ah dimenticavo quello è di privati!

Consentitemelo, lo spessore di un Sindaco si vede soprattutto dal coraggio di intraprendere azioni giuste ad eliminare gli errori dei predecessori e non certo a legittimarle.

In nome del facile guadagno per le casse comunali si è già imposto ovunque e sottolineo ovunque (in sfregio anche ai recenti orientamenti giurisprudenziali) zone e parcheggi a pagamento. Tutte le amministrazioni che si sono succedute in questi anni non hanno fatto altro che fiondarsi sulle società mistiche in special modo quella dei parcheggi perché hanno capito che questo è lo strumento più facile per fare cassa; la classica gallina dalle uova d'oro. Sarei curioso di vedere la statistica degli articoli violati nelle contravvenzioni che si elevano a Cava, sono certo che le multe sono solo un grandissima parte per l'art.7. Ma non è così che si risolve il problema delle auto; non si fa altro che imporre una nuova gabella, lo diceva anche l'ex sindaco Messina durante l'assemblea cittadina del 4 maggio 2000 n. 28 (giunta Fiorillo), allorché si pensò per la prima volta di affidare la gestione

dei parcheggi in via sperimentale per tre anni ad una società mista. Ancora oggi a distanza di sette anni non si vede una bozza SERIA del piano del traffico che contempla (per legge) anche il piano della sosta. In questi anni abbiamo assistito solo all'aumento delle tariffe e delle zone a pagamento mentre il piano generale del traffico (che ripeto comprende anche la sosta) è al palo; come dire si è voluto prendere solo il buono della torta appunto gli incassi dei parcheggi senza risolvere il problema del traffico. A questo punto la domanda sorge spontanea: la famosa "rotazione" delle auto che viene posta come motivo all'impostazione del pagamento per parcheggiare, in piazza S. Francesco non aumenterà l'inquinamento e quindi il deterioramento dei monumenti e palazzi storici che la circondano? Mi meraviglio che proprio il sindaco che li abita e che sta restaurando il suo antico palazzo non si accorga di questo. Non era più giusto e luminoso far scomparire le auto da quella piazza che, tra l'altro si trova proprio alle porte di Cava? è proprio un bel biglietto da visita vedere tutte quelle macchine parcheggiate!

Il Sindaco invece di avallare questa ennesima scellerata iniziativa non si poteva adoperare a trovare i fondi necessari per un restyling della piazza? Si sarebbero potuti creare dei nuovi giardini al posto dell'asfalto, posare degli alberi o magari le piante rimosse dai vecchi giardinettoni del mattatoio, o meglio rendere più gradevole quella misera fontana, avremmo così preparato la piazza al grande evento del marzo 2009 quando, pare, verrà inaugurata la nuova chiesa di S. Francesco. Almeno in questo il nostro sindaco poteva somigliare a De Luca che ha il coraggio di distruggere mostri e creare piazze bellissime o a Bassolino che liberò piazza del Plebiscito che oggi tutti ammirano.

Salvatore Raimondo

