



EMOTIVITA' ED INVECCHIAMENTO GENITALE FEMMINILE

Milano 22-23 GIUGNO 2018

BOZA MAURO
OBSTETRICS AND GYNECOLOGY DPT
SAN FILIPPO NERI HOSPITAL – ROME



VECCHI A 50 ANNI?

In base ai dati demografici
la popolazione è sempre **più anziana**.
Questo perché le tecniche mediche sono sempre
più efficaci nel tenerci in vita, e ciò ha spostato il
baricentro delle attività umane.

Se solo fino a 100 anni fa le persone, verso i 50
anni potevano già considerarsi vecchie,

OGGI NON È PIÙ COSÌ



AGING

L'**Aging** (o invecchiamento) è un fenomeno naturale che inizia già **dopo i 35 anni**.

È la somma di tutte le modificazioni biologiche e psicologiche che accompagnano ciascun individuo lungo il cammino della sua vita.

È una complessa cascata di processi che portano alla riduzione progressiva della riserva funzionale.

AGING

L'invecchiamento umano, se pur generalizzato a tutti gli individui, si svolge con modalità, ritmi e conseguenze variabili da individuo a individuo, poiché è influenzato da molteplici fattori di diversa natura che, se tenuti sotto controllo, possono intervenire a ritardarlo e a contrastare gli aspetti negativi che lo caratterizzano.



SITUAZIONE ITALIANA (dati ISTAT)

La popolazione di 65 anni e più fra il 2015 e il 2065 crescerà dal 21,7% al **32,6%**.

La popolazione di 85 anni e più, ancora, che nel 2015 rappresenta il 3,2% della popolazione, nel 2065 si dovrebbe attestare al **10,0%**.





LA PAURA DI INVECCHIARE

La paura di invecchiare è un sentimento molto diffuso, esteso tanto alla popolazione femminile quanto a quella maschile, ed è sicuramente una paura umana.

La donna, che, per motivi di biologia, invecchia prima dell'uomo, si sente molto precocemente a rischio e, spesso, interviene già dopo i 40 anni se non prima, per rallentare i primi segnali del processo di invecchiamento.

IL RINGIOVANIMENTO GENITALE



In età avanzata, si assiste alla rarefazione dei peli pubici, alla scomparsa della pigmentazione del contorno vulvare e all'atrofia delle piccole labbra. In altre parole, se durante l'invecchiamento la pelle va incontro a una progressiva atrofia, secchezza, perdita di elasticità e fragilità, nella vagina si assisterà ad atrofia, secchezza, dispareunia e a livello della vulva, atrofia, prurito intenso.

Non a caso infatti, negli ultimi anni, è aumentata la richiesta di procedure per il ringiovanimento genitale.

LO STATO EMOTIVO

Spesso la funzionalità e l'estetica degli organi genitali **non viene presa nella giusta considerazione** in quanto soprattutto la donna ha difficoltà a parlare di questo argomento anche con il proprio medico.

In prima linea vanno considerati **problemi funzionali** della mucosa vaginale soprattutto della donna in età menopausale con secchezza vaginale, calo del desiderio e fastidio nella penetrazione.

IN CHE MODO L'INVECCHIAMENTO GENITALE INFLUISCE ANCHE SULLE FUNZIONI E QUINDI SUL BENESSERE SESSUALE?

L'invecchiamento dei genitali esterni femminili (piccole e grandi labbra) può influire sessualmente più da un punto di vista **psicologico**, che anatomico .

La moda gioca un ruolo importante nel generare una maggiore attenzione verso l'estetica di quell'area, portando a galla quelli che un tempo erano tabù: Oggi si riscontrano trend estetici come l'epilazione molto estesa, se non totale, delle zone intime e l'uso frequente di indumenti attillati, come i leggings, che portano i genitali e le loro imperfezioni 'in primo piano'. Molte pazienti confessano di essere a disagio soprattutto in palestra.

Durante l'invecchiamento l'identità sessuale della donna può entrare in crisi, perché mentre l'adolescenza e la maternità hanno un significato evolutivo e creativo, questa fase della vita è caratterizzata prevalentemente da elementi di perdita.

In un periodo di passaggio come è quello dell'aging e quindi di profondi mutamenti corporei, ormonali, del ruolo sociale e della famiglia è naturale che una donna provi tristezza e sensazioni di perdita, sentimenti questi solitamente associati alla depressione.

La vulnerabilità psicologica associata alla perdita della giovinezza e della fertilità e le alterazioni ormonali si influenzano in modo reciproco con impatto sulla regolazione dell'umore.

Tutto questo può provocare:

- **Labilità emotiva**
- **Disperazione**
- **Impotenza**
- **Rabbia**
- **Perdita di controllo.**

Indubbiamente tutti i trattamenti farmacologici o chirurgici o di medicina estetica possono rappresentare un valido aiuto per contribuire a migliorare uno stato di benessere sia generale che genitale.

Tuttavia un supporto psicologico nei casi in cui si manifesti uno stato di disagio emotivo eccessivo con perdita di autostima è necessario, a volte anche per dare maggior risalto ai trattamenti estetici che eventualmente vengono effettuati

ASPETTI PSICOLOGICI DELL' INVECCHIAMENTO

L'entità del problema varia di donna in donna: in generale, ci sono tre tipi di condizioni depressive che si manifestano con l'invecchiamento.

- **Umore depresso:** un periodo breve di “assestamento”.
- **Depressione** come sintomo: un periodo solitamente breve, in cui la depressione appare conseguenza di problemi fisici ed eventi esterni (perdita di una persona cara, pensionamento, emancipazione dei figli). In questi casi è comunque necessaria attenzione, parlandone con il medico, per evitare l'evoluzione in una vera sindrome depressiva.
- **Sindrome** depressiva: un quadro patologico con un periodo prolungato di umore depresso, ansia, perdita di interesse verso qualsiasi forma di attività. È indispensabile non aspettare e affidarsi a un percorso terapeutico con un adeguato supporto psicologico.

Il rischio di dover fronteggiare una depressione è più alto in caso di:

- **menopausa chirurgica**
- **disfunzioni della tiroide**
- **cattivo stato di salute**
- **un episodio depressivo prima della menopausa**
- **aver sofferto di depressione post-partum**
- **infelice relazione di coppia**
- **partner in pensione**
- **aumento di peso**
- **urgenza o incontinenza urinaria**

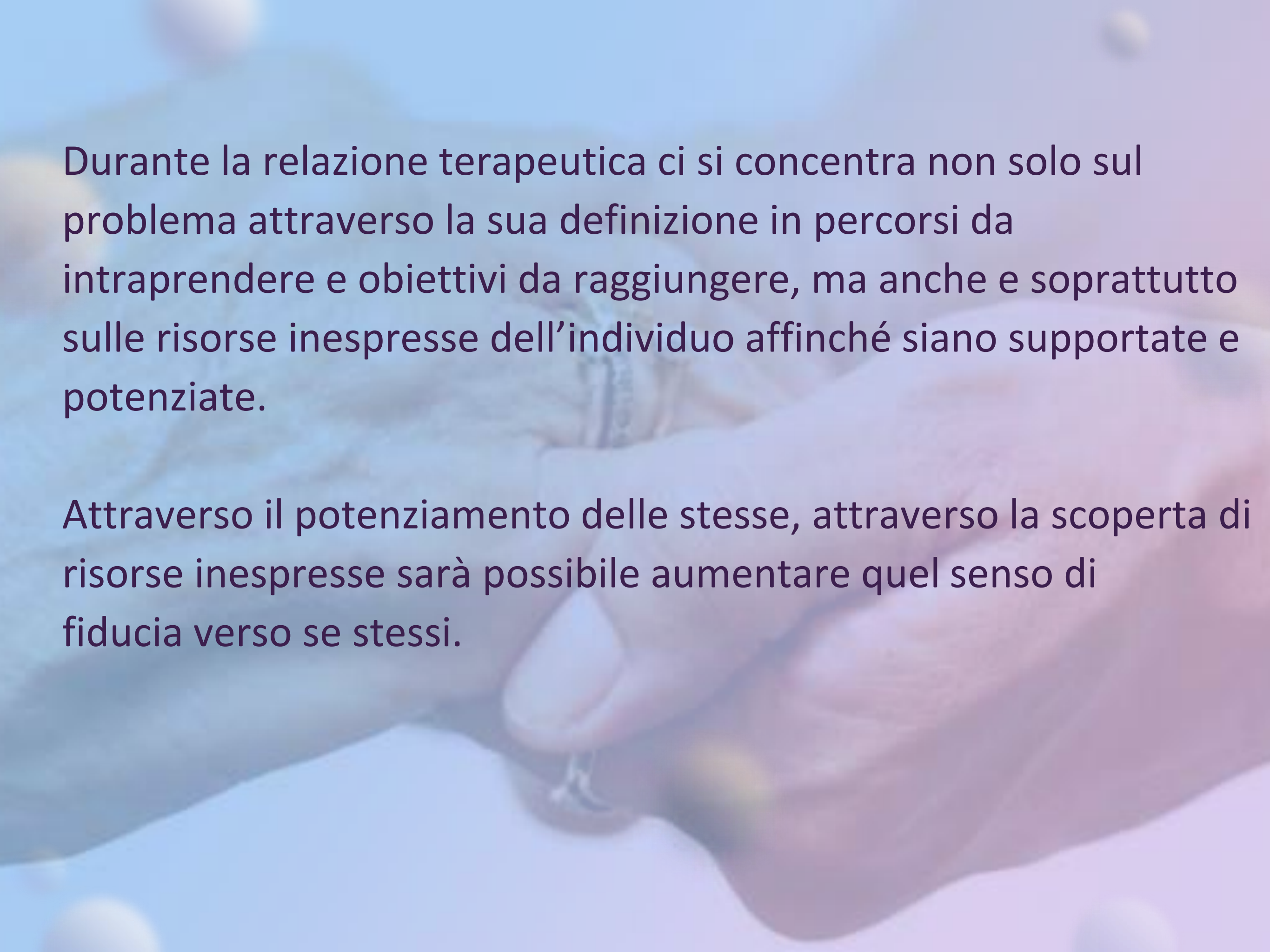
La vulnerabilità psicologica legata all'**Aging** può condurre, a volte, anche all'uso di psico-farmaci, soprattutto se nello stesso momento accadano anche perdite dolorose come quella di un lutto, una separazione coniugale o semplicemente i figli che escono definitivamente di casa.

In questi casi è molto facile che si instauri un quadro depressivo a tutti gli effetti che genera un'alterazione dell'umore cronico e pervasivo.

ASPETTI PSICOLOGICI DELL'AGING COSA FARE?

È necessario in questi casi di lasciarsi aiutare effettuando una visita specialistica.

Un sostegno psicoterapeutico può aiutare la donna a superare questo periodo di profondi mutamenti, evitando che la situazione possa invece peggiorare.



Durante la relazione terapeutica ci si concentra non solo sul problema attraverso la sua definizione in percorsi da intraprendere e obiettivi da raggiungere, ma anche e soprattutto sulle risorse inespresse dell'individuo affinché siano supportate e potenziate.

Attraverso il potenziamento delle stesse, attraverso la scoperta di risorse inespresse sarà possibile aumentare quel senso di fiducia verso se stessi.

Il percorso sarà quindi teso ad uscire dalla crisi, a migliorare l'autostima e il senso di efficacia; a trasformare il dolore e la rabbia; ad accettare il cambiamento per poter acquisire un nuovo modo di vivere al meglio il proprio presente, la propria vita.

Oltre al colloquio, per avere dati oggettivi, lo psicologo può somministrare vari questionari, tra i quali:

- 1. SCL 90 (Sympton Checklist – 90)**
- 2. MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory)**

SCL' 90

- Il test risulta composto da 90 item
- valuta la presenza e la gravità di sintomi di disagio psichico nell'ultima settimana (incluso il giorno in cui avviene la valutazione) in diversi domini sintomatologici;
- a ogni item viene attribuito un punteggio su una scala Likert a cinque punti che va da "Per niente" a "Moltissimo".
- Lo strumento misura tanto i sintomi internalizzanti (quali depressione, somatizzazione, manifestazioni di ansia) quanto quelli esternalizzanti (quali aggressività, ostilità, impulsività), arrivando quindi a coprire quasi interamente lo spettro psicopatologico.

SCL 90R

In che misura soffre o ha sofferto dei seguenti disturbi nella scorsa settimana oggi compreso:

	per niente	poco	moderatamente	molto	moltissimo
	0	1	2	3	4
1 Mal di testa	0	1	2	3	4
2 Nervosismo o agitazione interna	0	1	2	3	4
3 Incapacità di scacciare pensieri, parole o idee indesiderate	0	1	2	3	4
4 Sensazione di svenimento o di vertigini	0	1	2	3	4
5 Perdita dell' interesse o del piacere sessuale	0	1	2	3	4
6 Tendenza a criticare gli altri	0	1	2	3	4
7 Convinzione che gli altri possano controllare i suoi pensieri	0	1	2	3	4
8 Convinzione che gli altri siano responsabili dei suoi disturbi	0	1	2	3	4
9 Difficoltà a ricordare le cose	0	1	2	3	4
10 Preoccupazione per la sua negligenza o trascuratezza	0	1	2	3	4
11 Sentirsi facilmente infastidita/o o irritata/o	0	1	2	3	4
12 Dolori al cuore o al petto	0	1	2	3	4
13 Paura degli spazi aperti o delle strade	0	1	2	3	4
14 Sentirsi debole o fiacca/o	0	1	2	3	4
15 Idee di togliersi la vita	0	1	2	3	4
16 Udire voci che le altre persone non odono	0	1	2	3	4
17 Tremori	0	1	2	3	4
18 Mancanza di fiducia negli altri	0	1	2	3	4
19 Scarso appetito	0	1	2	3	4
20 Facili crisi di pianto	0	1	2	3	4
21 Sentirsi intimidita/o nei confronti dell'altro sesso	0	1	2	3	4
22 Sensazione di essere presa/o in trappola	0	1	2	3	4
23 Paure improvvise senza ragione	0	1	2	3	4
24 Scatti d'ira incontrollabili	0	1	2	3	4

MMPI 2

Il *MMPI*[®]-2 è un test ad ampio spettro per valutare le principali caratteristiche strutturali di personalità e i disordini di tipo emotivo. E' composto da 567 item a doppia alternativa di risposta ("vero" o "falso")
Sonda le dimensioni più significative della personalità:

Hs (*Ipocondriaci*)

D (*Depressione*) varie forme sintomatiche di depressione;

Hy (*Isteria*)

Pd (*Deviazioni psicopatiche*)

Mf (*Mascolinità-femminilità*)

Pa (*Paranoia*)

Pt (*Psicoastenia*)

Sc (*Schizofrenia*)

Ma (*Mania*)

Si (*Introversione sociale*)

MMPI 2


MMPI-2™
*Minnesota Multiphasic
Personality Inventory - 2™*

S.R. Hathaway e J.C. McKinley
e il Comitato di Ristandardizzazione del MMPI
della University of Minnesota Press:
James N. Butcher, W. Grant Dahlstrom,
John R. Graham, Auke Tellegen

Adattamento italiano
di Paolo Pancheri e Saulo Sirigatti

QUESTIONARIO

Cognome e Nome _____
Stato civile _____ Sesso _____ Età _____ Anni di scolarità _____
Data e sede della prova _____


ORGANIZZAZIONI SPECIALI

2. Ho un buon appetito..... V F

3. Mi sveglio fresco e riposato quasi tutte le
mattine..... V F

4. Penso che mi piacerebbe lavorare come bi-
bliotecario..... V F

5. Vengo facilmente svegliato dai rumori..... V F

6. Mio padre è una buona persona, o (se Suo
padre è morto) mio padre è stato una buona
persona..... V F

7. Mi piace leggere gli articoli di cronaca nera. V F

8. Di solito ho le mani e i piedi abbastanza cal-
di..... V F

9. La mia vita di ogni giorno è piena di cose che
mi interessano..... V F

10. Sono capace di lavorare come lo sono sem-
pre stato..... V F

11. Molto spesso mi sembra di avere un nodo
alla gola..... V F

12. Sono soddisfatto della mia vita sessuale.... V F

13. Le persone dovrebbero cercare di capire i
loro sogni, esseme guidate e trame consiglio V F

14. Mi piacciono i racconti di spionaggio o poli-
zieschi..... V F

15. Lavoro sotto una forte tensione nervosa..... V F

16. A volte penso a cose così cattive da non po-
terme parlare..... V F

17. Sono sicuro che la vita mi tratta male..... V F

18. Soffro di attacchi di nausea e di vomito..... V F

19. Quando inizio un nuovo lavoro cerco di ca-
pire a chi è importante..... V F

ASPETTI PSICOLOGICI DELL'AGING: LE OPPORTUNITA'

In definitiva.....

L'invecchiamento è una fase naturale della vita. E' un periodo di transizione che porta con sé confusione e insicurezza.

Ma come tutti i cambiamenti, se affrontati con serenità ed ottimismo, può diventare una parentesi evolutiva ricca e fertile. La donna può recuperare il "piacere di piacersi" dedicando finalmente tempo a se stessa e mettendo in primo piano i propri bisogni ed aspirazioni.

ASPETTI PSICOLOGICI DELL'AGING: LE OPPORTUNITA'

Un contributo per ridurre il malessere generato dall'invecchiamento è rappresentato da uno stile di vita appropriato:

- **Ricerca di interessi**
- **Alimentazione adeguata**
- **Attività fisica**
- **Curare la vita di relazione**
- **Condividere i propri problemi con familiari ed amiche**
- **Eventuale ricorso a tecniche di rilassamento (es. yoga)**

A person wearing a blue hoodie is seen from behind, with their arms raised in a gesture of triumph or joy. The background is a vibrant sunset or sunrise, with a bright sun low on the horizon, creating a warm, orange and yellow glow. The sky transitions to a soft blue at the top. The overall mood is one of positivity and well-being.

“

***MENS SANA IN
CORPORE SANO!***

”

....È

***IMPORTANTE SIA IL
CORPO CHE LA
MENTE,***

***NON VA TRASCURATA
LA SALUTE DI
NESSUNO DEI DUE!***

A person wearing a blue hoodie is shown from the back, with their arms raised in a gesture of triumph or gratitude. The background is a vibrant sunset with a bright sun on the left, casting a warm glow over the scene. The sky transitions from orange near the horizon to a pale blue at the top. The word "GRAZIE!" is overlaid in the center in a bold, white, italicized font.

GRAZIE!