Racca Francesca

Dalla prima all'ultima: quello che le donne sanno o vorrebbero sapere sulla mestruazione.

ABSTRACT

Introduzione

Le mestruazioni accompagnano una donna per buona parte della sua vita, durante tutta l'età fertile. Le conoscenze sul tema, in quanto fenomeno fisiologico della sfera riproduttiva, rientrano nelle competenze dell'ostetrica/o.

Obiettivi

Indagare i dubbi e i bisogni delle donne in merito alle mestruazioni ed il punto di vista maschile su un tema così femminile.

Ricercare, all'interno del sapere scientifico, le conoscenze che un'ostetrica/o deve possedere sull'argomento, al fine di promuovere un appropriato counselling.

Metodi

È stata effettuata un'indagine conoscitiva tramite un'intervista narrativa a 25 donne, di età compresa tra i 15 e gli 83 anni, e un questionario, inviato tramite e-mail a 10 uomini, di età compresa tra i 19 e i 73 anni.

È stata eseguita una ricerca bibliografica su trattati di ginecologia, linee guida nazionali ed internazionali, saggi di antropologia, testi divulgativi e la rivista "D&D"; sulla banca dati PubMed e sul web.

Risultati

Dall'indagine conoscitiva emerge da parte delle donne un buon livello di attenzione per i cambiamenti del proprio corpo, mentre la conoscenza dell'esatta fisiologia del fenomeno è ancora sconosciuta alla maggior parte (70%). Il loro sentimento nei confronti delle mestruazioni è ambiguo: è estremamente negativo per coloro che soffrono di disturbi mestruali e premestruali, eppure anche queste donne non vorrebbero rinunciarvi avendone la possibilità.

La ricerca bibliografica ha riguardato i seguenti argomenti: fisiologia del ciclo ovarico e mestruale e sue alterazioni; aspetti socio-culturali; menarca e menopausa, mestruazioni nella vita riproduttiva (effetti della contraccezione, gravidanza e allattamento); sindrome premestruale e dismenorrea, mestruazioni e vita quotidiana.

Conclusioni

Gli aspetti positivi delle mestruazioni emergono quando si porta la donna a riflettervi, ma la loro vita pubblica le vede descritte in termini quasi esclusivamente negativi. Creare degli spazi dove discutere queste tematiche, stimolando le donne a prendersi attivamente cura della propria salute, favorirebbe lo sviluppo di una cultura più positiva sulle mestruazioni.