Milano, 1-2 Ottobre 2019

I giovani si prendono cura di sé?

Prevenire per mantenersi in salute

RASSEGNA STAMPA

Ultimo aggiornamento: 15 ottobre 2019

HealthCom Consulting

Comunicato stampa

SALUTE: UNA PRIORITÀ PER 4 UNDER 35 SU 5

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%). Questo il ritratto secondo l'indagine Onda.

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, **è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.**

Milano, 1 ottobre 2019 – "Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega **Francesca Merzagora**, Presidente Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne".

Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). "Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto", commenta Merzagora.

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

"Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all'uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia" dice **Rossella Nappi**, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.

Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica.

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. "I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani", commenta **Eugenio Santoro**, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica - Dipartimento di Salute Pubblica - Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri - IRCCS.

Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. "Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 - 18 anni) - sottolinea **Claudio Mencacci**, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano - con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta

negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi".

Ufficio stampa
HealthCom Consulting
Laura Fezzigna, mob. +39 347 4226427 email laura.fezzigna@hcc-milano.com
Silvia Ciappellano, tel. +39 02 87399174 email silvia.ciappellano@hcc-milano.com

Rassegna Stampa:

I giovani si prendono cura di sé?
Prevenire per mantenersi in salute

Testata	Audience*	Titolo	Data	Giornalista
Agenzie				
Ansa – Regional service		**DOMANI IN LOMBARDIA**	30 settembre	
Radiocor		**SANITA': GLI AVVENIMENTI DI MARTEDI' 1 OTTOBRE**	30 settembre	
Ansa – Regional service		**OGGI IN LOMBARDIA**	1 ottobre	
9 colonne		**SALUTE: UNA PRIORITÀ PER 4 UNDER 35 SU 5**	1 ottobre	
Redattore Sociale		**Sanità, Onda: la salute è una priorità per 4 giovani su 5**	1 ottobre	
Agi		**Salute: indagine Onda, e' una priorita' per tre under 35 su quattro**	1 ottobre	
Ansa – General news		**Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35.**	1 ottobre	A. Lapertosa
Ansa – Regional service		**Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35.**	1 ottobre	A. Lapertosa
Ansa – Health service		**Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35.**	1 ottobre	A. Lapertosa
Adnkronos - Health News		**Salute: viene prima di tutto per il 75% degli under 35 italiani**	1 ottobre	
Adnkronos - General News		**Salute: viene prima di tutto per il 75% degli under 35 italiani**	1 ottobre	
ANSA - General News		**Adolescenti con sonno disturbato per droghe e smartphone.**	1 ottobre	A. Lapertosa
ANSA – Health Service		**Adolescenti con sonno disturbato per droghe e smartphone.**	1 ottobre	A. Lapertosa

Quotidiani e quotidiani online

Quotidianodiragusa.it		**I giovani si prendono cura di se? Prevenire per vivere in salute**	30 settembre	
Altoadige.it		**Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35**	1 ottobre	
Corriere.it	2.160.472	**Salute, una priorità per quattro giovani cinque**	1 ottobre	M. Vera
ilmessaggero.it	740.224	**Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager**	1 ottobre	
Quotidianodipuglia.it	3.645	**Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager**	1 ottobre	
Il Messaggero	1.578.225	**E la notte i giovanissimi stanno ad occhi aperti**	2 ottobre	
La Notizia		**La salute prima di tutto Per gli under 35 è la priorità**	5 ottobre	
Metro	730.000	**Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti**	15 ottobre	
Audience	**4.482.566**			

Periodici e periodici online

Mi-Tomorrow		**I giovani sono troppo ansiosi per la salute**	9 Ottobre	D. Uva
F	374.000	**RAGAZZI PIÙ ATTENTI (MA BEVONO E FUMANO)**	15 ottobre	S. Gavino
Audience	**374.000**			

Specializzati

Panorama della sanità	10.000	**3° Congresso Onda: I giovani si prendono cura di sé? Prevenire per mantenersi in salute**	19 giugno	
Il Pediatra		**3° Congresso Fondazione Onda**	settembre	

Panoramasanita.it		**Salute: una priorità per 4 under 35 su 5**	1 ottobre	
Panoramasanita.it - Newsletter	4.500	**Salute: una priorità per 4 under 35 su 5**	1 ottobre	
Federfarma.it		**Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35**	1 ottobre	
Doctor33.it	2.326	**Giovani e prevenzione, per il 75% degli under 35 la salute è priorità**	2 ottobre	
DoctorNews33	160.000	**Giovani e prevenzione, per il 75% degli under 35 la salute è priorità**	3 ottobre	
Sanitainformazione.it		**Giovani, sonno disturbato per gli smartphone: 1 ragazzo su 2 a rischio dipendenza**	3 ottobre	F.Bosco
Medlinetv.org		**PATOLOGIE PSICHICHE A ESORDIO GIOVANILE: DISTURBI DI SCHIZZOFRENIA E BIPOLARITÀ E BIPOLARITA'**	10 ottobre	
Medlinetv.org		**LA 'PATH ANALYSIS'. FATTORI FAMILIARI E LE DIPENDENZE POSSONO DECRETARE LA COMPARSA DI DISTURBI PSICHICI**	11 ottobre	
Audience	**176.826**			

Portali ed E-zine

Globalmedianews.info		**Salute: una priorità per 4 under 35 su 5**	1 ottobre	G. Acerbi
Imprese-lavoro.com		**Appuntamenti**	1 ottobre	
Mondopressingsalute.com		**Salute una priorità per 4 su 5 under 35**	1 ottobre	
Ansa.it	486.440	**Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti**	1 ottobre	
247.libero.it – Leggo.it	147.000	**Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager**	1 ottobre	
Msn.com		**Adolescenti, disturbi sonno da smartphone**	1 ottobre	

Labuonasalute.it		**Salute: una priorità per 4 under 35 su 5**	1 ottobre	
Meteoweb.eu		**Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager**	1 ottobre	A. Petris
Zazoom.it - Meteoweb.eu		**Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager**	1 ottobre	
It.notizie.yahoo.com		**Indagine: salute è priorità per 75% giovani adulti**	1 ottobre	
Puglialive.net		**SALUTE: UNA PRIORITÀ PER 4 UNDER 35 SU**	2 ottobre	
247.libero.it – Puglialive.net	147.000	**SALUTE: UNA PRIORITÀ PER 4 UNDER 35 SU 5**	2 ottobre	
Comunicati-stampa.net		**Salute: una priorità per 4 under 35 su 5**	2 ottobre	M. Belloni
Tg24.sky.it	239.539	**Il sonno degli adolescenti disturbato da droghe e smartphone**	2 ottobre	
Lopinionista.it		**Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti**	2 ottobre	
Okmedicina.it		**I GIOVANI DORMONO MALE A CAUSA DI DROGHE E SMARTPHONE**	2 ottobre	
Laragnatelanews.it		**ADOLESCENTI: SONNO DISTURBATO DA CELLULARI E DROGHE**	2 ottobre	E. Forte
Sanihelp.it		**Salute: una priorità per gli under 35**	3 ottobre	A. Nanni
Donnainsalute.it		**I giovani e la prevenzione: la salute è una priorità**	4 ottobre	P. Trombetta
Telecolor.net		**Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35**	4 ottobre	
Audience	**1.019.979**			

Audience totale	**6.783.371**			

AGENZIE

30 settembre 2019

ANSAit
Regional service

DOMANI IN LOMBARDIA: 01/10/2019 (2).

297 words
30 September 2019
19:01
ANSA - Regional Service
ANSARE
Italian
© 2019 ANSA.

(ANSA) - MILANO, 30 SET - Avvenimenti previsti per domani, martedì 1 ottobre in Lombardia: MILANO - Via Monte di Pietà 8 ore 11:30

Per Intesa Sanpaolo e Mediocredito conferenza stampa di

presentazione dell'indagine sulle imprese culturali e

creative, con Dg Mediocredito Stefano Firpo e altri MILANO - Scuola di Teatro Ronconi via Strehler, 3 ore 12:00

Conferenza stampa dello spettacolo 'La parola giusta' MILANO - Via Clerici 10 ore 12:00

Per Amazon Open Day 'Xmas Play Wishlist' RHO (MILANO) - Fiera ore 12:30

Presentazione dei nuovi treni per il Servizio ferroviario

regionale della Lombardia, che saranno svelati da FNM e

Stadler, con Andrea Gibelli, presidente di FNM Marco Piuri,

amministratore delegato di Trenord

MILANO – Palazzo Stelline ore 13:00

Per Onda in occasione del Congresso Nazionale incontro su 'I giovani si prendono cura di sè? Prevenire per mantenersi in salute', con presidente Francesca Merzagora e altri

MILANO - Consob, Via Broletto 7 ore 14:00

Presentazione della Settimana Mondiale dell'Investitore RHO (MILANO) - Fiera ore 14:30

Convegno su '10 anni di Alta Velocità italiana: l'evoluzione

dell'ertms dal 2009 ad oggi', con presidente Rfi Claudia

Cattani, Ad Rfi Maurizio Gentile e altri MILANO - Largo Donatori del Sangue, 1 ore 18:00

Protocollo d'intesa Anci-Avis Lombardia: firmano i primi

comuni della provincia di Milano - presenti Oscar Bianchi e

Virginio Brivio MILANO - Biblioteca Sormani, Via F. Sforza 7 ore 18:30

Conferenza stampa di presentazione del volume 'Analfabeti

sonori. Musica e presente', con assessore Del Corno e altri MILANO - San Siro ore 18:45

Atalanta-Shakhtar Donetsk di Champions League MILANO - Centro Svizzero ore 19:00

Per Fondazione Fiera Milano con Meet the Media Guru 21mo
incontro Exhibitionist con Guy Bigwood, Direttore di GDS |

Global Destinations Sustainability Index.(ANSA).

30 settembre 2019

Radiocor
AGENZIA D'INFORMAZIONE

SANITA': GLI AVVENIMENTI DI MARTEDI' 1 OTTOBRE

EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Milano: Conferenza stampa del 3 Congresso Nazionale Onda 'I giovani si prendono cura di se'? Prevenire per mantenersi in salute'. Ore 13,00. Palazzo delle Stelline, corso Magenta, 61

- Milano: presentazione del Progetto 'ICARETE', 12 incontri regionali per mettere a confronto i massimi esperti in tema di infezioni resistenti, indicate dall'OMS come potenziale prima causa di morte nel 2050. Ore 10,00. Palazzo Pirelli, via Fabio Filzi, 22

ATTIVITA' ISTITUZIONALE - Bruxelles: audizioni del commissario designato all'Ambiente e salute, Stella Kyriakides. Ore 18,30

http://www.sanita24.ilsole24ore.com/

Red-

(RADIOCOR) 30-09-19 19:02:41 (0571)SAN 5 NNNN

OGGI IN LOMBARDIA: 01/10/2019 (2).

297 words
1 October 2019
08:31
ANSA - Regional Service
ANSARE
Italian
© 2019 ANSA.

(ANSA) - MILANO, 01 OTT - Avvenimenti previsti per oggi, martedì 1 ottobre in Lombardia: MILANO - Via Monte di Pietà 8 ore 11:30

Per Intesa Sanpaolo e Mediocredito conferenza stampa di

presentazione dell'indagine sulle imprese culturali e

creative, con Dg Mediocredito Stefano Firpo e altri MILANO - Scuola di Teatro Ronconi via Strehler, 3 ore 12:00

Conferenza stampa dello spettacolo 'La parola giusta' MILANO - Via Clerici 10 ore 12:00

Per Amazon Open Day 'Xmas Play Wishlist' RHO (MILANO) - Fiera ore 12:30

Presentazione dei nuovi treni per il Servizio ferroviario

regionale della Lombardia, che saranno svelati da FNM e

Stadler, con Andrea Gibelli, presidente di FNM Marco Piuri,

amministratore delegato di Trenord

MILANO - Palazzo Stelline ore 13:00

Per Onda in occasione del Congresso Nazionale incontro su 'I giovani si prendono cura di sè? Prevenire per mantenersi in salute', con presidente Francesca Merzagora e altri

MILANO - Consob, Via Broletto 7 ore 14:00

Presentazione della Settimana Mondiale dell'Investitore RHO (MILANO) - Fiera ore 14:30

Convegno su '10 anni di Alta Velocità italiana: l'evoluzione

dell'ertms dal 2009 ad oggi', con presidente Rfi Claudia

Cattani, Ad Rfi Maurizio Gentile e altri MILANO - Largo Donatori del Sangue, 1 ore 18:00

Protocollo d'intesa Anci-Avis Lombardia: firmano i primi

comuni della provincia di Milano - presenti Oscar Bianchi e

Virginio Brivio MILANO - Biblioteca Sormani, Via F. Sforza 7 ore 18:30

Conferenza stampa di presentazione del volume 'Analfabeti

sonori. Musica e presente', con assessore Del Corno e altri MILANO - San Siro ore 18:45

Atalanta-Shakhtar Donetsk di Champions League MILANO - Centro Svizzero ore 19:00

Per Fondazione Fiera Milano con Meet the Media Guru 21mo
incontro Exhibitionist con Guy Bigwood, Direttore di GDS |

Global Destinations Sustainability Index.(ANSA).

1 ottobre 2019

9colonne

La salute? Per i giovani è una priorità

(1 ottobre 2019) “Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)”, spiega Francesca Merzagora, presidente Onda. “La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne”. Questi dati emergono dall’indagine “Giovani e prevenzione” di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni, in occasione del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano. L’importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull’utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

(© 9Colonne - citare la fonte)

1 ottobre 2019

REDATTORE SOCIALE

Sanità, Onda: la salute è una priorità per 4 giovani su 5

"Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorita' della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilita' lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)"...

RS

Per poter accedere a questo contenuto devi avere un **abbonamento attivo** a Redattore sociale

1 ottobre 2019

Cronaca

Salute: indagine Onda, e' una priorita' per tre under 35 su quattro =

200 words
1 October 2019
13:37
Agenzia Giornalistica Italia
AGI
Italian
© 2019 AGI - Agenzia Giornalistica Italia S.p.A

(AGI) - Milano, 1 ott. - Per il 75 per cento degli under 35 la salute e' una priorita', 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Questi sono alcuni dei dato emersi da un'indagine Onda (Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere), presentata oggi a Milano in occasione del terzo congresso nazionale della Fondazione Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute - spiega Francesca Merzagora, presidente Onda - nella fascia piu' giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di eta', ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale e' di essere in buona salute.
In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54 per cento degli uomini contro il 48 per cento delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39 per cento degli uomini rispetto al 31 per cento delle donne".
L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione e' di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54 per cento si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39 per cento dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials - tra i 26 e i 35 anni - e I-generation - tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59 per cento vs 47 per cento), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42 per cento vs 32 per cento).
Tra le malattie piu' temute, i tumori la fanno da padrone (73 per cento), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36 per cento) e i disturbi psichici (35 per cento). La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27 per cento) rispetto alle donne (20 per cento). Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attivita' fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attivita' fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55 per cento degli under 35 che svolge attivita' fisica piu' di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47 per cento di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43 per cento di chi non svolge alcuna attivita' fisica. Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano app. Infine, considerando le dipendenze piu' frequenti, il fumo risulta il piu' diffuso (54 per cento), seguito dalla dipendenza da social network (19 per cento), che supera quella da alcool (10 per cento). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. (AGI)red/Mld

1 ottobre 2019

ANSA
General news

Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35.

222 words
1 October 2019
13:03
ANSA - General News
ANSAGEN
Italian
© ANSA.

Onda, temono soprattutto i tumori

(ANSA) - MILANO, 1 OTT - Per il 75% dei giovani under 35 la salute è molto importante, tanto da venire prima di lavoro e partner. Inoltre 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. A fare più paura sono tumori (33%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%). E' quanto emerge dall'indagine dell'Osservatorio nazionale salute donna (Onda), presentata oggi a Milano al 3° Congresso nazionale dell'associazione.

"Contrariamente a ciò che si crede, il 65% dei giovani intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita, seguita da stabilità lavorativa (36%) e rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, presidente di Onda. Dall'indagine, condotta su un campione di quasi 900 giovani tra i 18 e 35 anni, emerge un quadro positivo sulla loro attenzione alla salute: 2 su 5 fanno infatti prevenzione, soprattutto con esami del sangue e visite dentistiche, e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini (54%) si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (48%) e, forse per questo, tendono a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini contro il 31% delle donne).

In generale, la percezione è di essere bene informati. Il 54% lo fa su internet, sui canali medici (53%), tra cui quelli dei medici di medicina generale e degli specialisti, e con familiari e conoscenti (39%). Se però i Millennials (26-35 anni) ricorrono di più ai canali medici (59% contro 47%) rispetto alla I-generation (18-25 anni), quest'ultima invece consulta di più i social network (42% contro 32%).

L'analisi delle malattie più temute rivela che "i giovani temono soprattutto le malattie tipiche dell'età più avanzata - continua Merzagora - mentre quelle sessualmente trasmissibili, reale pericolo per loro, sono solo al sesto posto". Queste ultime, secondo Rossella Nappi, docente di Ginecologia dell'Università di Pavia, "sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del preservativo, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente PapTest, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app".

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano infatti le app, soprattutto donne (68% contro il 40% degli uomini), per monitorare il ciclo mestruale. I

dispositivi elettronici indossabili sono invece ancora poco usati (15%), mentre tra le dipendenze, il fumo è la più frequente (54%), seguito da social network (19%), e alcol (10%).(ANSA)

Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35.

222 words
1 October 2019
13:03
ANSA - Regional Service
ANSARE
Italian
© 2019 ANSA.

Onda, temono soprattutto i tumori

(ANSA) - MILANO, 1 OTT - Per il 75% dei giovani under 35 la salute è molto importante, tanto da venire prima di lavoro e partner. Inoltre 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. A fare più paura sono tumori (33%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%). E' quanto emerge dall'indagine dell'Osservatorio nazionale salute donna (Onda), presentata oggi a Milano al 3° Congresso nazionale dell'associazione.

"Contrariamente a ciò che si crede, il 65% dei giovani intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita, seguita da stabilità lavorativa (36%) e rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, presidente di Onda. Dall'indagine, condotta su un campione di quasi 900 giovani tra i 18 e 35 anni, emerge un quadro positivo sulla loro attenzione alla salute: 2 su 5 fanno infatti prevenzione, soprattutto con esami del sangue e visite dentistiche, e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini (54%) si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (48%) e, forse per questo, tendono a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini contro il 31% delle donne). In generale, la percezione è di essere bene informati. Il 54% lo fa su internet, sui canali medici (53%), tra cui quelli dei medici di medicina generale e degli specialisti, e con familiari e conoscenti (39%). Se però i Millennials (26-35 anni) ricorrono di più ai canali medici (59% contro 47%) rispetto alla I-generation (18-25 anni), quest'ultima invece consulta di più i social network (42% contro 32%).

L'analisi delle malattie più temute rivela che "i giovani temono soprattutto le malattie tipiche dell'età più avanzata - continua Merzagora - mentre quelle sessualmente trasmissibili, reale pericolo per loro, sono solo al sesto posto". Queste ultime, secondo Rossella Nappi, docente di Ginecologia dell'Università di Pavia, "sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del preservativo, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente PapTest, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app".

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano infatti le app, soprattutto donne (68% contro il 40% degli uomini), per monitorare il ciclo mestruale. I

dispositivi elettronici indossabili sono invece ancora poco usati (15%), mentre tra le dipendenze, il fumo è la più frequente (54%), seguito da social network (19%), e alcol (10%).(ANSA)

1 ottobre 2019

ANSA
Health service

Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35.

222 words
1 October 2019
13:03
ANSA - Health Service
ANSAHE
Italian
© 2019 ANSA.

Onda, temono soprattutto i tumori

(ANSA) - MILANO, 1 OTT - Per il 75% dei giovani under 35 la salute è molto importante, tanto da venire prima di lavoro e partner. Inoltre 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. A fare più paura sono tumori (33%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%). E' quanto emerge dall'indagine dell'Osservatorio nazionale salute donna (Onda), presentata oggi a Milano al 3° Congresso nazionale dell'associazione.

"Contrariamente a ciò che si crede, il 65% dei giovani intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita, seguita da stabilità lavorativa (36%) e rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca **Merzagora**, presidente di Onda. Dall'indagine, condotta su un campione di quasi 900 giovani tra i 18 e 35 anni, emerge un quadro positivo sulla loro attenzione alla salute: 2 su 5 fanno infatti prevenzione, soprattutto con esami del sangue e visite dentistiche, e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini (54%) si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (48%) e, forse per questo, tendono a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini contro il 31% delle donne).

In generale, la percezione è di essere bene informati. Il 54% lo fa su internet, sui canali medici (53%), tra cui quelli dei medici di medicina generale e degli specialisti, e con familiari e conoscenti (39%). Se però i Millennials (26-35 anni) ricorrono di più ai canali medici (59% contro 47%) rispetto alla I-generation (18-25 anni), quest'ultima invece consulta di più i social network (42% contro 32%).

L'analisi delle malattie più temute rivela che "i giovani temono soprattutto le malattie tipiche dell'età più avanzata - continua **Merzagora** - mentre quelle sessualmente trasmissibili, reale pericolo per loro, sono solo al sesto posto". Queste ultime, secondo Rossella Nappi, docente di Ginecologia dell'Università di Pavia, "sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del preservativo, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente PapTest, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app".

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano infatti le app, soprattutto donne (68% contro il 40% degli uomini), per monitorare il ciclo mestruale. I dispositivi elettronici indossabili sono invece ancora poco usati (15%), mentre tra le dipendenze, il fumo è la più frequente (54%), seguito da social network (19%), e alcol (10%).(ANSA

salute

Salute: viene prima di tutto per il 75% degli under 35 italiani

Adnkronos - Health News
1 October 2019 18:36,
328 words,
Italian,
Copyright 2019 Adnkronos Salute.

Milano, 1 ott. (AdnKronos Salute) - La salute prima di tutto, più importante della carriera e anche dell'amore. La pensano così 3 giovani italiani su 5, secondo un'indagine promossa da Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere, presentata oggi a Milano dove è in corso il 3° Congresso nazionale Onda dedicato allo stato di salute degli under 35 e al loro rapporto con la prevenzione. "Nonostante quello che si possa credere - spiega Francesca Merzagora, presidente Onda - il 75% degli intervistati reputa la salute una priorità della vita, seguita a distanza dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)". Due giovani su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Il cancro è la malattia che temono di più (73%); al secondo posto le patologie neurodegenerative (36%), al terzo i disturbi psichici (35%).
La ricerca 'Giovani e prevenzione', condotta da Elma Research in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni, "ci restituisce un quadro piuttosto positivo - commenta Merzagora - In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% contro 48%), e forse per questo hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini rispetto al 31% delle donne)".
Il 54% degli interpellati si informa su Internet; quasi a pari merito come fonte ci sono gli operatori sanitari, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti (53%), e solo dopo arrivano familiari e conoscenti (39%). Zoomando però sulle due generazioni presenti nel campione - Millennials, tra 26 e 35 anni, e I-generation, tra 18 e 25 anni - si notano differenze: se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), gli I-generation consultano di più i social network (42% vs 32%).
"I dati - sottolinea ancora Merzagora - mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Mentre ad esempio le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto". La minore preoccupazione su questo fronte è comune fra uomini e donne, anche se i primi hanno più paura (27% vs 20%) e si sottopongono più spesso a visite infettivologiche di controllo (19% vs 10%).
Se "le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini, perché la cultura della protezione grazie all'uso del condom è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione di non poter prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura", riflette Rossella Nappi, professore ordinario di Ostetricia e Ginecologia all'università degli Studi-Irccs Policlinico San Matteo di Pavia, "è certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico, e al contempo meno portate per esempio a svolgere attività fisica".

Che invece fa bene alla salute e incide sulla percezione stessa di benessere. Quest'ultima risulta infatti maggiore in chi svolge esercizio fisico regolare, ossia 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che fa sport più di 2 volte a settimana si dichiara soddisfatto del proprio stato di salute, rispetto al 47% di chi lo fa una volta o meno a settimana, e al 43% dei sedentari.
Ma quanto sono hi-tech i giovani italiani? Dall'indagine Onda emerge che, per controllare la propria salute, 6 su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne a usarle (il 68% contro il 40% degli uomini), specie per monitorare il ciclo mestruale (una donna su 2). Quanto ai dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, sono impiegati solo dal 15%.
"I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano - ragiona Eugenio Santoro, responsabile del Laboratorio di Informatica medica, Dipartimento di Salute pubblica, dell'Istituto di ricerche farmacologiche Mario Negri Irccs - Naturale quindi che usino le App per monitorare la propria salute".
"Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione - avverte l'esperto - Solo in presenza di questi risultati, App e dispositivi indossabili come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse) potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente ed efficacemente dai giovani".

ADN Kronos S.p.A
Document HEANEW0020191001efa10028l

cronaca

Salute: viene prima di tutto per il 75% degli under 35 italiani

Adnkronos - General News
1 October 2019 18:36,
328 words,
Italian,
Copyright 2019 Adnkronos Salute.

Milano, 1 ott. (AdnKronos Salute) - La salute prima di tutto, più importante della carriera e anche dell'amore. La pensano così 3 giovani italiani su 5, secondo un'indagine promossa da Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere, presentata oggi a Milano dove è in corso il 3° Congresso nazionale Onda dedicato allo stato di salute degli under 35 e al loro rapporto con la prevenzione. "Nonostante quello che si possa credere - spiega Francesca Merzagora, presidente Onda - il 75% degli intervistati reputa la salute una priorità della vita, seguita a distanza dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)". Due giovani su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Il cancro è la malattia che temono di più (73%); al secondo posto le patologie neurodegenerative (36%), al terzo i disturbi psichici (35%).

La ricerca 'Giovani e prevenzione', condotta da Elma Research in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni, "ci restituisce un quadro piuttosto positivo - commenta Merzagora - In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% contro 48%), e forse per questo hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini rispetto al 31% delle donne)".

Il 54% degli interpellati si informa su Internet; quasi a pari merito come fonte ci sono gli operatori sanitari, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti (53%), e solo dopo arrivano familiari e conoscenti (39%). Zoomando però sulle due generazioni presenti nel campione - Millennials, tra 26 e 35 anni, e I-generation, tra 18 e 25 anni - si notano differenze: se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), gli I-generation consultano di più i social network (42% vs 32%).

"I dati - sottolinea ancora Merzagora - mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Mentre ad esempio le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto". La minore preoccupazione su questo fronte è comune fra uomini e donne, anche se i primi hanno più paura (27% vs 20%) e si sottopongono più spesso a visite infettivologiche di controllo (19% vs 10%).

Se "le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini, perché la cultura della protezione grazie all'uso del condom è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione di non poter prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura", riflette Rossella Nappi, professore ordinario di Ostetricia e Ginecologia all'università degli Studi-Irccs Policlinico San Matteo di Pavia, "è certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico, e al contempo meno portate per esempio a svolgere attività fisica".

Che invece fa bene alla salute e incide sulla percezione stessa di benessere. Quest'ultima risulta infatti maggiore in chi svolge esercizio fisico regolare, ossia 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che fa sport più di 2 volte a settimana si dichiara soddisfatto del proprio stato di salute, rispetto al 47% di chi lo fa una volta o meno a settimana, e al 43% dei sedentari.
Ma quanto sono hi-tech i giovani italiani? Dall'indagine Onda emerge che, per controllare la propria salute, 6 su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne a usarle (il 68% contro il 40% degli uomini), specie per monitorare il ciclo mestruale (una donna su 2). Quanto ai dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, sono impiegati solo dal 15%.
"I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano - ragiona Eugenio Santoro, responsabile del Laboratorio di Informatica medica, Dipartimento di Salute pubblica, dell'Istituto di ricerche farmacologiche Mario Negri Irccs - Naturale quindi che usino le App per monitorare la propria salute".
"Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione - avverte l'esperto - Solo in presenza di questi risultati, App e dispositivi indossabili come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse) potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente ed efficacemente dai giovani".

Adolescenti con sonno disturbato per droghe e smartphone.

ANSA - General News
1 October 2019 17:51,
359 words,
Italian,
© ANSA.

Mencacci, così aumentano disturbi psicologici
(ANSA) - MILANO, 1 OTT - Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di dormite, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quando questo avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e l'ipertensione. Lo segnala l'indagine presentata oggi da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).
La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. Circa le dipendenze, è emerso che il 27,6% fuma sigarette (l'età media di inizio di consumo è di 14,4 anni), mentre il 71,5% consuma alcolici.
"Uno dei dati emersi - spiega Mencacci - è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70.6% lo fa sempre o spesso". Ma tutti i fattori di rischio analizzati non hanno un'azione diretta sulla probabilità di sviluppare disturbi del comportamento se di mezzo non ci sono problemi al sonno. In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l'alterazione dei ritmi sonno-veglia.
"Circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte - continua Mencacci - I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico".
A disturbare il sonno di solito sono l'uso di sostanze o di apparecchi elettronici, come il telefonino, durante la notte. "Il sonno ha una funzione protettrice - prosegue lo psichiatra - e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico in chi ha già una sensibilità familiare, l'ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria, con l'aumento dell'impulsività. Rivolgiamo quindi un appello ai genitori perchè vigilino sul sonno dei loro figli". (ANSA).

Agenzia Nazionale Stampa Associata

Document ANSAGEN020191001efa100e9x

Adolescenti con sonno disturbato per droghe e smartphone.

ANSA – Health Service
1 October 2019 17:51,
359 words,
Italian,
© ANSA.

Mencacci, così aumentano disturbi psicologici
(ANSA) - MILANO, 1 OTT - Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di dormite, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quando questo avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e l'ipertensione. Lo segnala l'indagine presentata oggi da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).
La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. Circa le dipendenze, è emerso che il 27,6% fuma sigarette (l'età media di inizio di consumo è di 14,4 anni), mentre il 71,5% consuma alcolici.
"Uno dei dati emersi - spiega Mencacci - è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70.6% lo fa sempre o spesso". Ma tutti i fattori di rischio analizzati non hanno un'azione diretta sulla probabilità di sviluppare disturbi del comportamento se di mezzo non ci sono problemi al sonno. In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l'alterazione dei ritmi sonno-veglia.
"Circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte - continua Mencacci - I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico".
A disturbare il sonno di solito sono l'uso di sostanze o di apparecchi elettronici, come il telefonino, durante la notte. "Il sonno ha una funzione protettrice - prosegue lo psichiatra - e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico in chi ha già una sensibilità familiare, l'ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria, con l'aumento dell'impulsività. Rivolgiamo quindi un appello ai genitori perchè vigilino sul sonno dei loro figli". (ANSA).

Agenzia Nazionale Stampa Associata

Document ANSAGEN020191001efa100e9x

QUOTIDIANI E QUOTIDIANI ONLINE

I giovani si prendono cura di sè? Prevenire per vivere in salute

Domani 1 ottobre a Milano

REDAZIONE 30/09/2019 - 11:37

I giovani si prendono cura di sé? Prevenire per mantenersi in salute. E' questo l'argomento che sarà oggetto della conferenza stampa del terzo Congresso nazionale domani, 1 ottobre a Milano. La conferenza si terrà alle ore 13 a Palazzo delle Stelline, sala A – Corso Magenta 61.

Quanto sono informati, quanto si curano e soprattutto cosa preoccupa di più i giovani rispetto alla loro salute? È essenziale saper rispondere a queste domande per capire come cercano informazioni e individuare le minacce principali al benessere di coloro che appartengono alla fascia di età 18-35 anni. Oltre ai dati sulla prevenzione saranno presentati i risultati di una indagine relativa alle dipendenze nei giovani, un tema caldo che insieme al ruolo delle tecnologie e alle malattie sessualmente trasmissibili offre una chiave di lettura sullo stato di benessere delle nuove generazioni.

I giovani e il loro comportamento rispetto alla prevenzione sono al centro del 3° Congresso Nazionale Onda che si terrà a Milano, presso il Palazzo delle Stelline, l'1 e il 2 ottobre. Partecipano alla conferenza stampa: Francesca Merzagora, Presidente Onda, Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano, Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica -Dipartimento di Salute Pubblica - Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri – IRCCS, Rossella Nappi, Professore Ordinario di Clinica Ostetrica e Ginecologica UOSD - Ostetricia e Ginecologia - Procreazione medicalmente Assistita, IRCCS Policlinico San Matteo, Università degli Studi di Pavia.

1 ottobre 2019

ALTO ADIGE.it

Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35

- 01 ottobre 2019

(ANSA) - MILANO, 1 OTT - In generale, la percezione è di essere bene informati. Il 54% lo fa su internet, sui canali medici (53%), tra cui quelli dei medici di medicina generale e degli specialisti, e con familiari e conoscenti (39%). Se però i Millennials (26-35 anni) ricorrono di più ai canali medici (59% contro 47%) rispetto alla I-generation (18-25 anni), quest'ultima invece consulta di più i social network (42% contro 32%). L'analisi delle malattie più temute rivela che "i giovani temono soprattutto le malattie tipiche dell'età più avanzata - continua Merzagora - mentre quelle sessualmente trasmissibili, reale pericolo per loro, sono solo al sesto posto". Queste ultime, secondo Rossella Nappi, docente di Ginecologia dell'Università di Pavia, "sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del preservativo, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente PapTest, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app". Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano infatti le app, soprattutto donne (68% contro il 40% degli uomini), per monitorare il ciclo mestruale. I dispositivi elettronici indossabili sono invece ancora poco usati (15%), mentre tra le dipendenze, il fumo è la più frequente (54%), seguito da social network (19%), e alcol (10%).(ANSA).

1 ottobre 2019

CORRIERE DELLA SERA
.it

CONVEGNO ONDA

Salute, una priorità per quattro giovani cinque

Per il 75 per cento degli under 35 la salute è una faccenda importante, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati. Al via congresso a Milano

di V. M.

shadow

Le malattie che temono di più sono tumori, patologie neurodegenerative come Parkinson e Alzheimer e disturbi psichici. Si informano soprattutto su internet e social network, prima che dal medico, ma sono molto interessati, attenti e si ritengono attivamente coinvolti per tutelare la propria salute: dichiarano di fare prevenzione e di tenersi aggiornati in materia. E' questa l'immagine dei giovani italiani che emerge dall'indagine di Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere, presentata oggi in occasione del congresso

nazionale che si è aperto oggi a Milano e dedicato proprio, in questa sua terza edizione, alla prevenzione nei ragazzi fra i 18 e i 35 anni.Prima la salute, poi lavoro e vita amorosa«Nonostante quello che si possa credere, il 75 per cento degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita - Francesca Merzagora, presidente Onda -. Ed è seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%) -. La ricerca che abbiamo voluto (condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon) ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne».

Usano Internet e social e poi il medico per informarsi

Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54 per cento si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39 per cento dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, i Millennials (tra i 26 e i 35 anni) utilizzano in misura maggiore i canali medici e la I-generation (tra i 18 e i 25 anni) consulta di più i social network. Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). «Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata: indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto» commenta Merzagora.

I maschi hanno più paura delle malattie sessuali

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).«Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera» dice Rossella Nappi, professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.

App e vari dispositivi piacciono

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il

monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. «I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano - sottolinea Eugenio Santoro, responsabile del Laboratorio di Informatica Medica, Dipartimento di Salute Pubblica, all'Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri di Milano -. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani».Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. «Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 - 18 anni) con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40% - conclude Claudio Mencacci, presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia e direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano -. Tutti i ragazzi interpellati con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi».

1 ottobre 2019 (modifica il 1 ottobre 2019 | 17:28)
© RIPRODUZIONE RISERVATA

1 ottobre 2019

Il Messaggero.it

Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager

SALUTE > RICERCA

Martedì 1 Ottobre 2019

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone. Il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri in una ricerca condotta su studenti delle scuole superiori cittadine (14-18 anni) dal team di Claudio Mencacci, presidente della Società italiana di neuropsicofarmacologia e direttore del Dipartimento di Neuroscienze e Salute mentale dell'Asst Fatebenefratelli-Sacco, che ne ha parlato a Milano in occasione del 3° Congresso nazionale di Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L'obiettivo dello studio sugli adolescenti era di «comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale», spiega lo specialista. È così emerso che «la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte; il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite, e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%». Ma il dato che lo psichiatra tiene a sottolineare è lo stretto legame fra qualità del riposo e disturbi mentali.
«Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale - precisa infatti Mencacci - avevano un ritmo sonno-veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi».

Presentando il meeting meneghino, Onda ha diffuso i risultati di un'indagine Elma Research-Aon su un campione di italiani dai 18 ai 35 anni. Tra le dipendenze più frequenti il fumo è il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da

alcol (10%). Questi comportamenti - avverte dunque lo psichiatra - possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza, insinuarsi fra le lenzuolà e distruggere il sonno aprendo le porte a disturbi mentali.

© *RIPRODUZIONE RISERVATA*

1 ottobre 2019

Nuovo Quotidiano di Puglia.it

Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager

SALUTE > RICERCA

Martedì 1 Ottobre 2019

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone. Il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri in una ricerca condotta su studenti delle scuole superiori cittadine (14-18 anni) dal team di Claudio Mencacci, presidente della Società italiana di neuropsicofarmacologia e direttore del Dipartimento di Neuroscienze e Salute mentale dell'Asst Fatebenefratelli-Sacco, che ne ha parlato a Milano in occasione del 3° Congresso nazionale di Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L'obiettivo dello studio sugli adolescenti era di «comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale», spiega lo specialista. È così emerso che «la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte; il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite, e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%». Ma il dato che lo psichiatra tiene a sottolineare è lo stretto legame fra qualità del riposo e disturbi mentali.
«Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale - precisa infatti Mencacci - avevano un ritmo sonno-veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi».

Presentando il meeting meneghino, Onda ha diffuso i risultati di un'indagine Elma Research-

Aon su un campione di italiani dai 18 ai 35 anni. Tra le dipendenze più frequenti il fumo è il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcol (10%). Questi comportamenti - avverte dunque lo psichiatra - possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza, insinuarsi fra le lenzuolà e distruggere il sonno aprendo le porte a disturbi mentali.

© *RIPRODUZIONE RISERVATA*

2 ottobre 2019

Il Messaggero

Lo studio

E la notte i giovanissimi stanno ad occhi aperti

Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di dormite, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quando questo avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e l'ipertensione. Lo segnala l'indagine presentata ieri da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).
La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con

oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. Circa le dipendenze, è emerso che il 27,6% fuma sigarette (l'età media di inizio di consumo è di 14,4 anni), mentre il 71,5% consuma alcolici. «Uno dei dati emersi - spiega Mencacci - è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70.6% lo fa sempre o spesso». In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l'alterazione dei ritmi sonno-veglia. «Circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte». A disturbare il sonno di solito sono l'uso di sostanze o di apparecchi elettronici, come il telefonino, durante la notte. « Rivolgiamo un appello ai genitori - dice Mencacci - perchè vigilino sul sonno dei loro figli».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Cibo
Sale o zucchero, amici o nemici? Ecco il parere degli esperti
Cristina pag. 21

Moda
Le ragazze Chanel sfilano in tailleur sul tetti parigini
Franco a pag. 22

Kate Cortese alla per Chanel a Parigi. A destra, Vittorio Grigolo

Lirica
Vittorio Grigolo, tripudio alla Scala «Adesso sono a zona alta»
Gagne a pag. 24

MACRO
www.[illegible]
macro@[illegible]

Letteratura **Salute** Gusto Ambiente Società Architettura Viaggi
Moda Tecnologia Musica Arte Scienza **Benessere** Teatro

Nel Rapporto dell'Istituto superiore di sanità i ragazzi tra gli 11 e i 15 anni confessano di ubriacarsi, essere pigri e amare il rischio
Vengono preferite le relazioni online rispetto a quelle reali, le femmine sono più isolate dei maschi. L'obesità sempre più diffusa

L'INDAGINE

Il 27% dei quindicenni ha confessato di essersi "sballato" di alcol: la diversa tossicità. Il gioco, il quello, di intrattenersi con diversi tipi. Al bersaglio

Adolescenti, l'alcol è il gioco di società

[illegible]

Valentina Arcovio

I numeri

20%
la percentuale di giovani tra gli undicenni e i quindicenni che affermano di non fare la prima relazione al massimo prima della maturità

10%
[illegible]

14%
[illegible]

19%
[illegible]

1 su 3
[illegible]

Lo studio

E la notte i giovanissimi stanno ad occhi aperti

[illegible]

MOLTO FORTE L'ATTRAZIONE VERSO LE SCOMMESSE LE RAGAZZE FUMANO TABACCO PIÙ DEI COETANEI

5 ottobre 2019

LA NOTIZIA

La salute prima di tutto Per gli under 35 è la priorità

"Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne". Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alle cure. In generale, c'è la parcesione che in questa fascia di età i giovani siano bene informati.

CONSIGLI PER L'USO

Allattamento al seno
Per il neonato
benessere garantito

"Allattare al seno è un metodo senza pari per fornire ai bambini un nutrimento ideale per crescere e svilupparsi in salute". Ma non solo. "Il codice punta integralmente dei processi riproduttivi, con notevoli implicazioni positive per la salute del neonato e della madre. L'allattamento riduce al verificarsi di tumori maligni e la tutela dell'allattamento materno, prima e dopo il parto, dovrebbe essere un obiettivo prioritario di tutti i ginecologi pediatri, se si vuole realizzare veramente il concetto di salute dell'infanzia". Parola degli esperti della Società italiana di ginecologia. Una scuola contro l'idea malsana che un alimento "raro" che varia nell'arco dell'allattamento, nella giornata, ma anche durante stessa poppata, più calorico dopo il parto, meno calorico e grasso e più proteico successivamente.

Lotta al carcinoma della vescica Passi avanti con l'immunoterapia

di MASSIMO CELTRERA

Roche ha presentato i risultati positivi di uno studio che dimostra gli effetti positivi dell'immunoterapia nel carcinoma della vescica in fase avanzata. Lo studio ha valutato l'efficacia di atezolizumab più chemioterapia a base di platino rispetto alla sola chemioterapia a base di platino, rispetto alla sola chemioterapia nel trattamento di prima linea nei pazienti con carcinoma uroteliale localmente avanzato o metastatico, non precedentemente trattati.

NOTA TECNICA

Nello studio, atezolizumab associato alla chemioterapia ha mostrato un miglioramento statisticamente significativo della sopravvivenza libera da progressione rispetto alla sola chemioterapia a base di platino. Ad un'analisi ad interim, sono stati osservati risultati incoraggianti, tuttavia ancora non statisticamente significativi, in termini di sopravvivenza globale rispetto alla sola chemioterapia nella popolazione intention-to-treat. La discussione nel bracio di pazienti trattati con atezolizumab associato alla chemioterapia è apparsa consistente con i profili di sicurezza noti dei singoli farmaci, e non sono stati identificati nuovi segnali di sicurezza con questa associazione. "Le neoplasie urogenitali del carcinoma uroteliale avanzato, in particolare della vescica, dopo un'attesa di decili di circa 25 anni, è di nuovo in continua evoluzione, sia da un punto di vista terapeutico che diagnostico-classificativo - commenta Sergio Bracarda, direttore dell'Oncologia medica dell'azienda ospedaliera Santa Maria di Terni - I risultati ottenuti dal lo Studio IMvigor 130, longitudinale aleatorio, randomizzato e l'importante ruolo rivestito dal sistema immunitario nel controllo anche di questa neoplasia, particolarmente complessa anche dal punto di vista della popolazione trattata e dimostrano a livello di una buona tollerabilità della combinazione la possibilità di integrare trattamento terapeutico diverso nell'ottica di una sempre maggior personalizzazione delle cure". Atezolizumab è la prima immunoterapia oncologica approvata per il carcinoma avanzato della vescica. Attualmente, sono in corso qualche studi di Fase III per valutare atezolizumab da solo e in combinazione con altri farmaci nel trattamento del carcinoma della vescica precoce e avanzato. Roche sta portando avanti un ampio programma di sviluppo per il farmaco che comprende multiplici studi di Fase III su carcinomi polmonari, gastrici, ovarici, mammari, gastrointestinali, gineciologici, testa-collo e melanoma. Tre questi ci sono studi che valutano atezolizumab da solo o associato a chemioterapia che in associazione ad altri farmaci. Nel 2018, sono stati diagnosticati oltre mezzo milione di nuovi casi di tumore della vescica a livello globale, con circa 200mila decessi dovuti alla malattia. Il carcinoma uroteliale, che si sviluppa nelle cellule del rivestimento vescicale, è il tipo più comune di tumore della vescica e rappresenta circa il 90% di tutti i casi.

Primi risultati

La somministrazione di atezolizumab associato alla chemioterapia aumenta l'aspettativa di vita

La salute prima di tutto Per gli under 35 è la priorità

"Trentanove quello che si pensa credere, il 75% degli under 35 intervistati ritiene la salute come una priorità della propria vita sugeria, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (25%)". spiega Francesca Merzagora, Presidente Onlus. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la percezione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, si rivelavano un quadro piuttosto positivo. Il intervistati ha il buon presentazione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (34% degli uomini contro il 40% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine riferita dal 19% degli uomini rispetto al 13% delle donne". Questi dati emergono dall'indagine "Giovani in prevenzione" di Fondazione Onlus, condotta da Dina Bronzetti, in collaborazione con Ipsos, su un campione di 1012 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la percezione di questa fascia di popolazione alla cura. In generale, il 6 in prevenzione che in questa fascia di età i giovani siano forse informati.

Nuova cura

Un mix di tre farmaci Così si può battere l'asma

di FABRI SATTA

Chiesi, farmaceutica, gruppo internazionale focalizzato sulla ricerca (Gruppo Chiesi), ha annunciato i risultati di due studi pubblicati sulla rivista The Lancet dai quali emerge che la triplo terapia in formulazione extrafine in un unico inalatore di beclometasone dipropionato (extrafine-extrafine inalatore, HDP), formoterolo fumarato (Beta-2-agonista ad azione rapida e a lunga durata, SP) e glicopirronio (antagonista muscarinico a lunga durata d'azione; G) migliora la funzionalità polmonare e riduce le riacutizzazioni in pazienti adulti con asma non controllata con la terapia Ics/Laba, e una storia di asma e più riacutizzazioni nell'anno precedente. Si tratta dei primi studi che hanno valutato l'efficacia e la sicurezza della triplo terapia in un unico inalatore rispetto alla terapia con corticosteroide inalatorio più labaò agonista a lunga durata d'azione in pazienti adulti con asma.

LO STUDIO

Johann Christian Virchow, medico principale presso degli studi Trimaran e Tiggeo di Rostocktt, in Germania, ha affermato che attualmente "alcuni pazienti con asma non controllata hanno bisogno di utilizzare due differenti inalatori. Ad designi che consentono anche di valutare la sicurezza e la tollerabilità di una nuova terapia a dose fissa in un unico inalatore per i pazienti con asma non controllata". Le opzioni terapeutiche sono efficaci, ben tollerate e semplici da utilizzare per una patologia che colpisce 19% degli adulti in Europa

La ricerca

Assunta di norma con un solo inalatore la terapia ha dato buoni risultati sui pazienti affetti dalla malattia

15 ottobre 2019	metro	

FOCUS FAMIGLIA

Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti

Per gli esperti il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi e si sveglia spesso di notte

ROMA. La salute passa anche attraverso un buon sonno, buono in termini non soltanto quantitativi, ma anche qualitativi, per consentire il pieno recupero delle energie fisiche e psichiche consumate nell'arco della giornata. È stato inoltre dimostrato che una corretta igiene del sonno protegge dal rischio di sviluppare sovrappeso e obesità, regolando i livelli delle sostanze deputate al controllo del senso della fame e della sazietà. L'alterazione dell'architettura del sonno predispone, infatti, a turbe metaboliche con conseguente incremento dell'introito di alimenti ricchi di zuccheri e grassi, dunque ad alto contenuto energetico e calorico. Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di riposo, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quanto quanto avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e ipertensione. A rivelarlo è l'indagine presentata nei giorni scorsi da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale del l'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).

La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 80 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere vittime o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. È emerso che il 25,6% dei giovani intervistati fuma sigarette (3 sigarette di media al giorno di consumo e di 14,4 ore al giorno), mentre il 71,5% consuma alcol (1 dato del quattro). «Spiega Mencacci - è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70,6% lo fa sempre o spesso. Ma tutti i fattori di rischio analizzati non hanno un'azione diretta sulla probabilità di sviluppare disturbi del comportamento se di sonno non ci sono problemi al sonno». In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l'alterazione del ritmo sonno-veglia. «Il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte - continua Mencacci - I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico».

A disturbare il sonno di adolescenti l'uso di sostanze o di apparecchi elettronici, come il telefonino, durante la notte. «Il sonno ha una funzione protettiva - prosegue lo psichiatra - e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico, l'ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria».

Il 56% dei giovani intervistati utilizza il telefonino durante la notte

FOCUS FAMIGLIA

Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti

Per gli esperti il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi e si sveglia spesso di notte

Il 56% dei giovani intrevistati utilizza il telefonino durante la notte.

ROMA La salute passa anche attraverso un buon sonno, buono in termini non soltanto quantitativi, ma anche qualitativi, per consentire il pieno recupero delle energie fisiche e psichiche consumate nell'arco della giornata. È stato inoltre dimostrato che una corretta igiene del sonno protegge dal rischio di sviluppare sovrappeso e obesità, regolando i livelli delle sostanze deputate al controllo del senso della fame e della sazietà. L'alterazione dell'architettura del sonno predispone, infatti, a turbe metaboliche con conseguente incremento dell'introito di alimenti ricchi di zuccheri e grassi, dunque ad alto contenuto energetico e calorico. Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di dormite, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quando questo avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e l'ipertensione. A rivelarlo è l'indagine presentata nei giorni scorsi da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).

La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. È emerso che il 27,6% dei giovani intervistati fuma sigarette (l'età media di inizio di consumo è di 14,4 anni), mentre il 71,5% consuma alcolici.

«Uno dei dati emersi - spiega Mencacci - è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70.6% lo fa sempre o spesso». Ma tutti i fattori di rischio analizzati non hanno un'azione diretta sulla probabilità di sviluppare disturbi del comportamento se di mezzo non ci sono problemi al sonno. In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l'alterazione dei ritmi sonno-veglia. «Il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte - continua Mencacci - I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico».

A disturbare il sonno di solito sono l'uso di sostanze o di apparecchi elettronici, come il telefonino, durante la notte. «Il sonno ha una funzione protettrice - prosegue lo psichiatra - e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico, l'ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria».

PERIODICI E PERIODICI ONLINE

9 ottobre 2019	TOMORROW / salute	

Un'interessante ricerca commissionata da Fondazione Onda rivela l'importanza di star bene tra gli under 35

I giovani sono troppo ansiosi per la salute

60%
la quota di chi si informa tramite app

54%
chi si informa su internet

15%
chi usa dispositivi indossabili come gli smart watch

Di Daniela Uva

In Italia il 75% degli under 35 considera la salute come una priorità. Seguita, con un rilevante distacco, dalla mobilità (interessa il 24%) e dal rapporto con il partner (23%). A rivelarlo è l'indagine Giovani e prevenzione di Fondazione Onda, condotta da Ipsos Research in collaborazione con Aon, su un campione di 800 persone tra i 18 e i 35 anni. Dallo studio emerge che due persone su cinque hanno prevenzione e che la percezione generale è di essere in buona salute e forma.

Canali d'informazione. In media, gli uomini si ammalano meglio rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni. Actualmente aderisce dal 20% degli uomini rispetto al 31% delle donne. L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del settore: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 52 e 39% dei casi.

Generazioni a confronto. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials - tra i 26 e i 35 anni - e I-generation - tra i 18 e i 25 anni -, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% contro 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% contro 35%). Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (31%). La minore preoccupazione per le patologie specialmente trasmissibili riguarda sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le ritengono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, per esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (17% rispetto al 10% delle donne).

Psicologia, studi aperti

Proprio domani è la giornata nazionale

Si celebrerà domani la giornata nazionale della psicologia, giunta quest'anno alla quarta edizione, con lo scopo di valorizzare e far conoscere maggiormente ai cittadini e alle comunità le potenzialità della Psicologia come scienza e come professione. Il tema scelto è "Psicologia a Diritti Universali", con l'iniziativa "Studi Aperti" per favorire l'incontro tra professionisti e cittadini. Non solo. Domani, alle 20.30 presso la Casa della Psicologia di piazza Cavallo 2, l'Ordine degli Psicologi della Lombardia organizzerà un incontro dedicato ai diritti dei disabili e al ruolo centrale della psicologia in questo senso. Per consultare il programma delle iniziative e gli studi professionali che aderiranno basta consultare il sito **giornatapsicologia.sullaperti.it**. PC

Donne, siete le più interessate al parere medico

Donne e uomini percepiscono il loro stato di salute in modo diverso. Tendenzialmente il sesso maschile sente e sentirà più in forma ed è mediamente meno preoccupato. «Soprattutto principalmente perché per le donne è più frequente avvertire una sensazione di ritorno benessere, che influisce sulla percezione del proprio stato di salute generale», spiega Rossella Nappi, docente di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, Irccs Policlinico San Matteo. «Dolori mestruali, mal di testa, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attente nel cercare l'aiuto del medico e, nel concetto, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che prevede, se seguite regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di coscritto, come o donna che stia, prosegue. Ciò ed avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, due persone su cinque. Il 59% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatto del proprio stato di salute rispetto al 49% di chi la svolge meno regolarmente, una volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica. DU

Un'interessante ricerca commissionata da Fondazione Onda rivela l'importanza di star bene tra gli under 35

I giovani sono **troppo ansiosi per la salute**

60%
la quota di chi si informa tramite app

54%
chi si informa su internet

15%
chi usa dispositivi indossabili come gli smart watch

Daniela Uva

In Italia il 75% degli under 35 considera la salute come una priorità. Seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%). A rivelarlo è l'indagine Giovani e prevenzione di Fondazione Onda, condotta da Elma Research in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni. Dallo studio emerge che due persone su cinque fanno prevenzione e che la percezione generale è di essere in buono stato di forma.

Canali d'informazione. In media, gli uomini si sentono meglio rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni. Attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne. L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi.

Generazioni a confronto. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni –, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% contro 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% contro 32%). Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). La minore preoccupazione per le patologie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, per esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

©RIPRODUZIONE RISERVATA

15 ottobre 2019	F	

BENESSERE NEWS

LE 7 MIGLIORI NOTIZIE DELLA SETTIMANA

A CURA DI SILVIA GAVINO

Come sta il tuo seno?

L'Associazione Libellule Onlus aderisce al mese della prevenzione del tumore mammario

Sino a fine ottobre puoi prenotare una visita senologica gratuita al Columbus Clinic Center di Milano (via Buonarroti 48, il martedì) e iniziare il tuo percorso di prevenzione del tumore al seno, seguita dai medici specialisti dell'Associazione Libellule Onlus. Fondata quattro anni fa dalla senologa Paola Martinoni (a sinistra), l'associazione vuole accompagnare ogni donna in un percorso guidato di prevenzione e, soprattutto, in un follow up completo e personalizzato. Può essere anche una bella idea regalare una visita a una persona cara che fatica a prendersi cura della propria salute e tende a rimandare. L'associazione, per i suoi obiettivi, ha bisogno anche di te: dalle bomboniere solidali a un piccolo contributo via Paypal. Anche poco, fa la differenza. Su *associazionelibellule.it* trovi come prenotare e come sostenerla.

CARNE ROSSA, NON FA POI COSÌ MALE

14 esperti sostengono che, secondo gli studi disponibili, i danni di carni rosse e lavorate sono poco significativi. È scritto in uno speciale sugli *Annals of Internal Medicine*. Ma non può diventare una scusa per abbuffarsi di hamburger: gli stessi esperti dicono che ci sono troppo pochi studi ad hoc e si dichiarano favorevoli a ridurre il consumo di carne.

CRUDO È MEGLIO!

La cottura dei cibi, specie della verdura, altera la flora batterica intestinale. Lo sostiene, dopo un esperimento (prima sui topi, poi negli esseri umani), una ricerca californiana pubblicata su *Nature Microbiology*. Pensiamoci prima di metterci a tavola, senza però convertirci al crudismo "fai da te": l'intestino non apprezzerebbe affatto.

RAGAZZI PIÙ ATTENTI (MA BEVONO E FUMANO)

Si informano prima sul web, poi sui social, infine chiedono al medico. E fanno prevenzione, sfruttando le app. È il ritratto degli under 35 nel loro approccio alla salute tracciato dall'osservatorio Onda. Le note dolenti? Le dipendenze. Le più frequenti sono quelle da tabacco (54 per cento), social network (19) e alcol (10). E, tra gli under 18, la sedentarietà.

L'AUTOEROTISMO È IMPORTANTE

Lo ricorda la senologa Roberta Rossi, nella guida al piacere e all'orgasmo femminile *Venga prima io* (Fabbri, 17 euro), che gli dedica un intero capitolo. Praticato da 9 donne su 10 (che non lo dichiarano mai), non solo aiuta a raggiungere l'orgasmo, ma consente di mantenere vivo il rapporto con il corpo e sentire i segnali che ci manda, liberandolo dalle sulle forme di controllo a cui, da sempre, è assoggettato. Nato come risposta a 16mila donne di ogni età, questo libro – facile – ha molto da insegnare anche a chi crede di sapere già tutto sul sesso.

OBESITY DAY: ESPERTI ED EVENTI

Il 10 ottobre torna la campagna nazionale di sensibilizzazione per la Prevenzione dell'Obesità e del Sovrappeso, con 130 servizi di dietetica aperti alla popolazione e tutti eventi pubblici. Trova quelli più vicino a te su *obesityday.org*

TEATRO CONTRO L'AIDS

Al teatro Principe di Milano il 12 ottobre 8 artisti in scena a sostegno di Anlaids. Si chiama *La prima volta* ed è uno spettacolo nato sulla falsa riga di Broadway Bares, charity show che da 27 anni anima New York. *ticketmaster.it*

© Riproduzione riservata

RAGAZZI PIÙ ATTENTI (MA BEVONO E FUMANO)

Si informano prima sul web, poi sui social, infine chiedono al medico. E fanno prevenzione, sfruttando le app. È il ritratto degli under 35 nel loro approccio alla salute tracciato dall'osservatorio Onda. Le note dolenti? Le dipendenze. Le più frequenti sono quelle da tabacco (54 per cento), social network (19) e alcol (10). E, tra gli under 18, la sedentarietà.

SPECIALIZZATI

3° Congresso Onda: I giovani si prendono cura di sé? Prevenire per mantenersi in salute

Roma, 1-2 ottobre 2019

Onda Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere

Per informazioni:

Tel. 0636381573

Fax 0636307682

info@ideacpa.com

45° Congresso Nazionale Anmdo Il futuro degli Ospedali: analisi, integrazione, azioni
Torino; 3-5 giugno 2019
Associazione Nazionale Medici Direzioni Ospedaliere
Per informazioni:
Tel. 051230385
Fax 051221894
info@noemacongressi.it

59° Simposio Afi Strategie di innovazione e globalizzazione per l'industria farmaceutica
Rimini, 5-7 giugno 2019
Associazione Farmaceutici Industria
Per informazioni:
Tel 0266203390
Fax 0266200418
comunicazione@newaurameeting.it

42° Congresso Nazionale Lice
Roma, 5-7 giugno 2019
Lega Italiana Contro l'Epilessia
Per informazioni:
Tel. 068535-5590
Fax 0685356060

33° Congresso Nazionale Sigot La Geriatria al fianco della persona che invecchia: in ospedale e al domicilio
Bologna, 5-7 giugno 2019
Società Italiana di Geriatria Ospedale e Territorio
Per informazioni:
Tel. 06845431
Fax 0684543700
sigot2019@aristea.com

42° Congresso Nazionale dell'Associazione Italiana per lo Studio del Dolore
Roma, 6-8 giugno 2019
Aisd Associazione Italiana per lo Studio del Dolore
Per informazioni:
Tel. 51300100
info@planning.it

24° Congresso Mondiale Dermatologia 2019
Milano, 10-15 giugno 2019
Lega delle Società Internazionali di Dermatologia
Per informazioni:
Tel. 06 3553 0418
wcd2019milan@thetriumph.com

56 ° Congresso Era-Edta
Budapest, 13-16 giugno 2019
European Renal Association European Dialysis and Transplant Association
Per informazioni:
Tel. +393450211784
registrations@era-edta.org

6° Congresso Nazionale di Pediatria Simpe Immigriamoci tutti - La multiculturalità parte dai bambini
Venezia, 13-16 giugno 2019
Società Italiana Medici Pediatri
Per informazioni:
Tel. 0245498282
Fax 0245498199

5° Summit mondiale di Pediatria
Berlino, 20 - 23 giugno 2019
World Summit on Pediatrics
Per informazioni:
info@wsp-congress.com

33° Congresso Internazionale Epilessia
Bangkok, 22-26 giugno 2019
International League Against Epilepsy International Bureau for Epilepsy
Per informazioni:
Tel. +35312056720
info@epilepsycongress.org

Convegno Nazionale Sip Verso le linee guida in psichiatria, percorsi di buone pratiche
Firenze, 21-23 giugno 2019
Società Italiana di Psichiatria
Per informazioni:
Tel. 0636381573
Fax 0636307682
info@ideacpa.com

15° Congresso Nazionale Sitab Tabagismo, priorità attuali e strategie future
Napoli, 27-28 giugno 2019
Società Italiana di Tabaccologia
Per informazioni:
Tel. 0266703640
Fax 0266703640
azienda@sintexservizi.it

4° Congresso Nazionale Sinuc
Ancona, 18-20 Settembre 2019
Società Italiana di Nutrizione Clinica e Metabolismo
Per informazioni:
Tel. 06 845431
Fax 06 84543700
roma@aristea.com

33° Congresso Nazionale Sigot La Geriatria al fianco della persona che invecchia: in ospedale e al domicilio
Bologna,5-7 giugno 2019
Società Italiana di Geriatria Ospedale e Territorio
Per informazioni:
Tel. 06845431
Fax 0684543700
sigot2019@aristea.com

47° Congresso Nazionale Sim
Roma, 18-21 settembre 2019
Società Italiana di Microbiologia
Per informazioni:
Tel. 0635530458 – 060635530228
info@segreteria.societasim.it

79° World Congress of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences
Abu Dhabi,

22-26 settembre 2019
Federazione Farmaceutica Internazionale, Fip
Per informazioni:
Tel. +31 70 3021982
Fax +31 70 3021998
congress@fip.org

25° Congresso Nazionale Sin
Il neonato al centro del futuro
Catania, 25-27 2019
Società Italiana di Neonatologia
Per informazioni:
Tel. 0245498282
Fax 0245498199
congressosin@biomedia.net

82° Congresso Nazionale Siml
Triste città della scienza: dalla ricerca alla prevenzione
Trieste, 25-27 settembre 2019
Società Italiana di Medicina del Lavoro
Per informazioni:
Tel. 0444578845
Fax 0444 320321
meeting@meneghinieassociati.it

36° Congresso Nazionale Siia
Roma, 26-28 settembre 2019
Società Italiana di Ipertensione Arteriosa
Per informazioni:
Tel. 06330531
Fax 0623325624
SIIA2019@aimgroup.eu

47° Congresso Nazionale Simfer
Firenze,
29 settembre-2 ottobre 2019
Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa
Per informazioni:
info@medik.net

3° Congresso Onda: I giovani si prendono cura di sé? Prevenire per mantenersi in salute
Roma, 1-2 ottobre 2019
Onda Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere
Per informazioni:
Tel. 0636381573
Fax 0636307682
info@ideacpa.com

12° Congresso Nazionale Sihta
La filiera dell'innovazione tecnologica in sanità. Il difficile equilibrio tra sicurezza, rapidità, di accesso al mercato, dei prodotti e sostenibilità dei sistemi
Milano, 10-11 ottobre 2019
Società Italiana di Health Technology Assessment
Per informazioni:
Tel. 0659290256
Fax 0631052392
segreteria@koscomunicazione.it

1° Convegno Nazionale Federazione Ordini Tsrm Pstrp
Rimini, 11-13 ottobre 2019
Federazione nazionale degli Ordini dei Tecnici sanitari di radiologia medica e delle professioni sanitarie tecniche, della riabilitazione e della prevenzione
Per informazioni:
Tel. 0541604160
Fax 0541601775
eventi@riccionecongressi.com

92° Congresso nazionale Siu
Venezia, 12-15 ottobre 2019
Società Italiana di Urologia
Per informazioni:
Tel. 0516194911
Fax 0516194900

50° Congresso Nazionale Sin
Bologna, 12-15 ottobre 2019
Sin, Società Italiana di Neurologia
Per informazioni:
Tel. 0577286003
Fax 0577282731
nfo@neuro.it

52° Congresso Nazionale Siti
Perugia, 16-19 ottobre 2019
Società Italiana di Igiene, Medicina Preventiva e Sanità Pubblica
Per informazioni:
Tel. 051300100
Fax 051309477
e.sereni@planning.it

120° Congresso nazionale Simi
Roma, 18-20 ottobre 2019
Società Italiana di Medicina Interna
Per informazioni:
Tel. 010553591
Fax 0105535970
simi@aristea.com

Congresso Nazionale Sigo-Aogoi-Agui-Agite 2019
"Ginecologia e donna, un viaggio di tutta una vita"
Napoli, 27-30 ottobre 2019
Sigo, Società Italiana di Ginecologia e Ostericia
Aogoi, Associazione Ostetrici Ginecologi Ospedalieri Italiani
Agui, Associazione Ginecologi Universitari Italiani
Per informazioni:
Tel. 06355301
sigo2019@thetriumph.com

26° Congresso Nazionale Sicp
Riccione, 7-9 novembre 2019
Società Italiana Cure Palliative
Per informazioni:
congressi@sicp.it

16° Congresso Nazionale Sipo
Psico-Oncologia Italiana 2.0
Napoli, 7-9 novembre 2019
Società Italiana di Psico Oncologia
Per informazioni:
info@gammacongressi.it

Settembre 2019

il Pediatra

3° Congresso Fondazione Onda

Il congresso si aprirà con due sessioni incentrate su tematiche molto vicine alle giovani generazioni: la prima analizzerà l'utilizzo di internet e dei social media nell'ambito dell'informazione sanitaria, mentre la seconda approfondirà il tema dell'innovazione tecnologica al servizio della salute, dalle applicazioni mobili all'intelligenza artificiale, tra benefici, pericoli e questioni bioetiche. Nella convinzione che anche per i giovani la prevenzione sia un irrinunciabile strumento di promozione della salute, spesso sottovalutato, verranno trattate le principali strategie primarie con particolare attenzione all'alimentazione, all'attività sportiva, al consumo di alcolici e all'abitudine al fumo. Verranno inoltre discusse, in un'ottica di genere, le principali problematiche di salute che riguardano questa fascia di età in ambito sessuale e riproduttivo, psichiatrico, endocrinologico, reumatologico e oncologico.
Il convegno si terrà a Milano dall'1 al 2 ottobre 2019.

■ *Per informazioni: Idea Congress, Roma, tel. 0636381573, fax 0636307682, e-mail: info@ideacpa.com, www.ideacpa.com*

XXV Congresso nazionale SIN

Dal 25 al 27 settembre 2019 si terrà a Catania il congresso nazionale della Società Italiana di Neonatologia (SIN) che darà modo ai partecipanti di essere coinvolti su tematiche di interesse comune, attuali e dall'alto valore scientifico. Dal problema della donatalità in Italia alla rianimazione in sala parto, dal follow up a cura domiciliari, fino al vastissimo mondo della nutrizione neonatale, in cui si affronteranno temi connessi all'alimentazione materna, alle relazioni fra nutrizione e sviluppo del sistema nervoso e all'ottimizzazione della nutrizione enterale nel neonato prematuro. Tra le novità c'è il rilancio dei simposi monotematici, che vedrà anche il contributo di autorevoli relatori stranieri. Quest'anno sarà poi dedicato uno spazio ai giovani soci SIN con la sezione "Saranno Famosi", alla quale parteciperanno per la prima volta anche 100 specializzandi in pediatria, provenienti dalle 38 Scuole italiane nell'ambito del "Progetto Neonatologia", lanciato dalla SIN per un maggior coinvolgimento del pediatra in formazione durante il percorso di studi.

■ *Per informazioni: Biomedia, Milano, Tel. 0245498282, fax 0245498199, e-mail: congressosin@biomedia.net*

3° Congresso Fondazione Onda

Il congresso si aprirà con due sessioni incentrate su tematiche molto vicine alle giovani generazioni: la prima analizzerà l'utilizzo di internet e dei social media nell'ambito dell'informazione sanitaria, mentre la seconda approfondirà il tema dell'innovazione tecnologica al servizio della salute, dalle applicazioni mobili all'intelligenza artificiale, tra benefici, pericoli e questioni bioetiche. Nella convinzione che anche per i giovani la prevenzione sia un irrinunciabile strumento di promozione della salute, spesso sottovalutato, verranno trattate le principali strategie primarie con particolare attenzione all'alimentazione, all'attività sportiva, al consumo di alcolici e all'abitudine al fumo. Verranno inoltre discusse, in un'ottica di genere, le principali problematiche di salute che riguardano questa fascia di età in ambito sessuale e riproduttivo, psichiatrico, endocrinologico, reumatologico e oncologico.
Il convegno si terrà a Milano dall'1 al 2 ottobre 2019.

■ *Per informazioni: Idea Congress, Roma, tel. 0636381573, fax 0636307682, e-mail: info@ideacpa.com, www.ideacpa.com*

XIII Congresso FIMP

Il 13° Congresso nazionale della Federazione italiana medici pediatri (FIMP) in programma a Paestum (NA) dal 16 al 19 ottobre 2019, attingendo dalla tradizione e dai punti fermi dell'etica e dei rapporti interpersonali vuole promuovere i migliori progressi della pratica professionale pediatrica a maggior favore della salute dei bambini. Ai medici si chiede di comprendere i nuovi linguaggi, i nuovi standard di comportamento, le nuove tendenze, i nuovi social e le nuove dinamiche di gruppo, nonché le problematiche emergenti, per essere in grado di interagire al meglio con chi affida al medico la cura dei propri figli.

■ *Per informazioni: Aim Group International, Firenze, tel. 055233881, fax 0553906008 e-mail: fimp2019@aimgroup.eu, www.aimgroup.eu*

XXVI Convegno SIGENP

Il convegno della Società italiana di gastroenterologia, epatologia e nutrizione pediatrica (Sigenp) che si terrà a Verona dal 16 al 19 ottobre 2019 si aprirà presentando le varie facce della nutrizione in età evolutiva, dalla mente al corpo, per poi proseguire con il tema centrale del congresso: le serie da 100 minuti di..., gestiti dalle sei aree Sigenp che racchiudono la gastroenterologia pediatrica nel suo insieme. In quest'ambito gli specialisti hanno costruito specifici percorsi, che saranno presentati e discussi anche col televoto in aula. In un'ottica di attualità, infine, si avrà modo di essere aggiornati sulle tante novità scientifiche del 2019, che saranno completate con le presentazioni dei migliori lavori scientifici inviati al congresso.

■ *Per informazioni: Biomedia srl, Milano, tel. 0245498282, fax 0245498199, e-mail: congressosigenp@biomedia.net, www.congresso.sigenp.org/2019/home*

XXXI Congresso nazionale SIPPS

"Rotte sicure per orizzonti di salute" è il titolo del convegno della Società italiana di pediatria preventiva e sociale che si terrà sul Lago di Como dal 24 al 27 ottobre 2019. Tra i temi in programma si ricordano i seguenti: la dermatologia pediatrica ambulatoriale attraverso casi clinici vissuti; una visita otorino insieme: l'orecchio; rotte sicure per orizzonti di salute; corticosteroidi inalatori

1 ottobre 2019

PANORAMA DELLA SANITÀ .it

Salute: una priorità per 4 under 35 su 5

01/10/2019 in News 0

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%), secondo l'indagine Onda. Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

«Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)», spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda. «La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne». Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%). Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). «Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo

è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto», commenta Merzagora. La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne). «Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all'uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia» dice Rossella Nappi, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo. Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica. Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. «I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani», commenta Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica – Dipartimento di Salute Pubblica – Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri – IRCCS. Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. «Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 – 18 anni) – sottolinea Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano – con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno

smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi».

1 ottobre 2019

PANORAMA DELLA SANITÀ .it

Newsletter

Salute: una priorità per 4 under 35 su 5

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%), secondo l'indagine Onda. Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al ...

Leggi tutto.

Salute: una priorità per 4 under 35 su 5

01/10/2019 in News 0

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%), secondo l'indagine Onda. Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

«Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)», spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda. «La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne». Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L’importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull’utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%). Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). «Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un’età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d’età, compaiano solo al sesto posto», commenta Merzagora. La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne). «Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all’uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all’uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell’impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all’uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell’umore rendono le donne più attive nel cercare l’aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia» dice Rossella Nappi, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell’Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo. Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l’attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica. Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. «I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l’efficacia di questi strumenti, soprattutto in un’ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato

interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani», commenta Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica – Dipartimento di Salute Pubblica – Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri – IRCCS. Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. «Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 – 18 anni) – sottolinea Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano – con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi».

1 ottobre 2019

federfarma.it
federazione nazionale unitaria titolari di farmacia

Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35

01/10/2019 17:11:36

Per il 75% dei giovani under 35 la salute è molto importante, tanto da venire prima di lavoro e partner. Inoltre 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. A fare più paura sono tumori (33%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%).

E' quanto emerge dall'indagine dell'Osservatorio nazionale salute donna (Onda), presentata oggi a Milano al 3° Congresso nazionale dell'associazione. «Contrariamente a ciò che si crede, il 65% dei giovani intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita, seguita da stabilità lavorativa (36%) e rapporto con il partner (35%)», spiega Francesca Merzagora, presidente di Onda.

Dall'indagine, condotta su un campione di quasi 900 giovani tra i 18 e 35 anni, emerge un quadro positivo sulla loro attenzione alla salute: 2 su 5 fanno infatti prevenzione, soprattutto con esami del sangue e visite dentistiche, e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini (54%) si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (48%) e, forse per questo, tendono a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini contro il 31% delle donne). (ANSA)

2 ottobre 2019

Doctor33

Giovani e prevenzione, per il 75% degli under 35 la salute è priorità

TAGS: OSSERVATORIO NAZIONALE SULLA SALUTE DELLA DONNA (ONDA), FRANCESCA MERZAGORA

Per il 75% dei giovani under 35 la salute è molto importante, tanto da venire prima di lavoro e partner. Inoltre, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. A fare più paura sono tumori (33%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%). E' quanto emerge dall'indagine dell'Osservatorio nazionale salute donna (Onda), presentata a Milano al Congresso nazionale dell'associazione.

«Contrariamente a ciò che si crede, il 65% dei giovani intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita, seguita da stabilità lavorativa (36%) e rapporto con il partner (35%)», spiega **Francesca Merzagora**, presidente di Onda. Dall'indagine, condotta su un campione di quasi 900 giovani tra i 18 e 35 anni, emerge un quadro positivo sulla loro attenzione alla salute: 2 su 5 fanno infatti prevenzione, soprattutto con esami del sangue e visite dentistiche, e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini (54%) si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (48%) e, forse per questo, tendono a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini contro il 31% delle donne).

In generale, la percezione è di essere bene informati. Il 54% lo fa su internet, sui canali medici (53%), tra cui quelli dei medici di medicina generale e degli specialisti, e con familiari e conoscenti (39%). Se però i Millennials (26-35 anni) ricorrono di più ai canali medici (59% contro 47%) rispetto alla I-generation (18-25 anni), quest'ultima invece consulta di più i social network (42% contro 32%).

L'analisi delle malattie più temute rivela che «i giovani temono soprattutto le malattie tipiche dell'età più avanzata - continua Merzagora - mentre quelle sessualmente trasmissibili, reale pericolo per loro, sono solo al sesto posto». Queste ultime, secondo **Rossella Nappi**, docente di Ginecologia

dell'Università di Pavia, «sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del preservativo, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente PapTest, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app».

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano infatti, le app, soprattutto donne (68% contro il 40% degli uomini), per monitorare il ciclo mestruale. I dispositivi elettronici indossabili sono invece ancora poco usati (15%), mentre tra le dipendenze, il fumo è la più frequente (54%), seguito da social network (19%), e alcol (10%).

3 ottobre 2019

DoctorNews33
IL QUOTIDIANO ONLINE DEL MEDICO ITALIANO

Giovani e prevenzione, per il 75% degli under 35 la salute è priorità

Per il 75% dei giovani under 35 la salute è molto importante, tanto da venire prima di lavoro e partner. Inoltre, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema [continua...]

Leggi l'articolo su Doctor33 »

Giovani e prevenzione, per il 75% degli under 35 la salute è priorità

TAGS: OSSERVATORIO NAZIONALE SULLA SALUTE DELLA DONNA (ONDA), FRANCESCA MERZAGORA

Per il 75% dei giovani under 35 la salute è molto importante, tanto da venire prima di lavoro e partner. Inoltre, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. A fare più paura sono tumori (33%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%). E' quanto emerge dall'indagine dell'Osservatorio nazionale salute donna (Onda), presentata a Milano al Congresso nazionale dell'associazione.

«Contrariamente a ciò che si crede, il 65% dei giovani intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita, seguita da stabilità lavorativa (36%) e rapporto con il partner (35%)», spiega **Francesca Merzagora**, presidente di Onda. Dall'indagine, condotta su un campione di quasi 900 giovani tra i 18 e 35 anni, emerge un quadro positivo sulla loro attenzione alla salute: 2 su 5 fanno infatti prevenzione, soprattutto con esami del sangue e visite dentistiche, e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini (54%) si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (48%) e, forse per questo, tendono a rivolgersi al medico solo quando i

sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni (39% degli uomini contro il 31% delle donne).

In generale, la percezione è di essere bene informati. Il 54% lo fa su internet, sui canali medici (53%), tra cui quelli dei medici di medicina generale e degli specialisti, e con familiari e conoscenti (39%). Se però i Millennials (26-35 anni) ricorrono di più ai canali medici (59% contro 47%) rispetto alla I-generation (18-25 anni), quest'ultima invece consulta di più i social network (42% contro 32%).

L'analisi delle malattie più temute rivela che «i giovani temono soprattutto le malattie tipiche dell'età più avanzata - continua Merzagora - mentre quelle sessualmente trasmissibili, reale pericolo per loro, sono solo al sesto posto». Queste ultime, secondo **Rossella Nappi**, docente di Ginecologia dell'Università di Pavia, «sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del preservativo, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente PapTest, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app».

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano infatti, le app, soprattutto donne (68% contro il 40% degli uomini), per monitorare il ciclo mestruale. I dispositivi elettronici indossabili sono invece ancora poco usati (15%), mentre tra le dipendenze, il fumo è la più frequente (54%), seguito da social network (19%), e alcol (10%).

3 ottobre 2019

sanità informazione

SALUTE 3 Ottobre 2019

Giovani, sonno disturbato per gli smartphone: 1 ragazzo su 2 a rischio dipendenza

Ad evidenziarlo è uno studio realizzato dalla Fondazione Onda in occasione del 3° Congresso nazionale dedicato alla salute dei giovani tra i 18 e i 35 anni

di Federica Bosco

Per il 75% dei giovani la salute è una priorità e se le malattie che temono di più sono i tumori, la nuova dipendenza è quella tecnologica, infatti la maggior parte ha un sonno disturbato a causa di un uso improprio dei device che ne influenza la qualità della vita. Ad evidenziarlo è uno **studio realizzato dalla Fondazione Onda** in occasione del **3° Congresso nazionale dedicato alla salute dei giovani** tra i 18 e i 35 anni.

«Ne abbiamo intervistati oltre 930 sui loro stili di vita e su quelli che possono essere dei fattori di rischio – spiega il Professor **Claudio Mencacci**, Presidente della società italiana di Neuropsicofarmacologia e Direttore del Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano – e quello che abbiamo visto è che **questi nostri giovani, pur dormendo una media di 7 ore e 20 minuti, hanno un**

sonno molto disturbato spesso per utilizzo dei device che è il fattore che risulta più a rischio per lo sviluppo di disturbi emotivi e comportamentali». Cosa fare? «Prima di tutto una corretta informazione, educazione e per i più giovani una funzione genitoriale di contenimento, perché devono sapere che mantenere lo smartphone acceso durante la notte è un fattore di rischio significativo e non secondari».

Se un uso improprio della tecnologia può diventare una vera e propria dipendenza addirittura superiore a alcol e seconda solo alle sigarette, **è proprio grazie alle app che 6 giovani su 10 monitorano la propria salute**. Sono soprattutto le ragazze a farne uso per tenere sotto controllo il ciclo mestruale. Tuttavia, le fanciulle, anche se propense a fare visite ginecologiche e pap test, sembrano non preoccuparsi molto delle malattie sessualmente trasmissibili. A rimarcare questo aspetto il messaggio lanciato dalla dottoressa **Rossella Nappi**, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo: «I giovani usano moltissimo i social e il web e non devono cadere vittime delle fake news sulla contraccezione e su quella ormonale ci sono troppi miti e tabù. La cosa che più sorprende è che sono proprio le ragazze ad usare meno la contraccezione di barriera, perché troppe ragazze pensano ancora che a loro non succederà mai o perché facendo visite e pap test sono convinte di essere protette. Il nostro impegno con i professori e i divulgatori è di fornire informazioni corrette».

Dall'analisi fatta è emerso che **il 54% dei giovani si informa attraverso i siti internet**, poco meno dai medici di famiglia e specialisti mentre una percentuale minore (39%) si affida a famigliari e conoscenti. A questo proposito sono emerse delle differenze tra i Millennial (tra i 26 e i 35 anni) e le I generation (tra i 18 e i 25 anni). I primi si affidano a fonti mediche, i secondi prediligono i consigli di dottor Google.

10 ottobre 2019	medline.tv	

PATOLOGIE PSICHICHE A ESORDIO GIOVANILE: DISTURBI DI SCHIZZOFRENIA E BIPOLARITÀ E BIPOLARITA'

OTT 10

"I disturbi psichiatrici più gravi come la schizofrenia e i disturbi bipolari, hanno il loro esordio in età giovanile" - spiega il Prof. **Giuseppe Maina**, Professore ordinario di Psichiatria all'Università di Torino. "I primi sintomi di schizofrenia si manifestano con dei segnali ben precisi che vanno dal ritiro sociale al rendimento del calo scolastico, alla comparsa di sintomi psicotici o pensieri deliranti, con un'evidente differenza tra i maschi e le femmine, nelle quali la malattia tende a esordire più tardi e spesso va a coincidere con l'età del primo sviluppo. Un fattore di rischio importante invece, parlando di bipolarità, è la familiarità, anche se non mancano anche altri elementi quali le droghe, la privazione del sonno e uno sregolato ritmo di vita. Non sono da sottovalutare perché se pur curabili sono psicosi gravi, che se trascurate possono portare al suicidio".

Prof. **Giuseppe Maina**, Professore ordinario di Psichiatria all'Università di Torino. Direttore del reparto di psichiatria universitaria al San Luigi Gonzaga – Orbassano (To)

https://medlinetv.org/home/index.php?option=com_content&view=article&id=3151:2019-10-09-16-23-18&catid=59:primo-piano-congressi-rub-speciali&Itemid=132

Credenziali per entrare:

Username: Carlotta.Freri

password: mp8h53v3

11 ottobre 2019	medline.tv	

LA 'PATH ANALYSIS'. FATTORI FAMILIARI E LE DIPENDENZE POSSONO DECRETARE LA COMPARSA DI DISTURBI PSICHICI

OTT 11

E' stata di recente condotta una ricerca su oltre 900 giovani dai 14 ai 21 anni, per verificare quanto la 'variabile sonno' sia in grado di inferire sulla manifestazione dei disturbi psichici. "Oltre sessanta domande analizzate attraverso la 'path analysis'- precisa il Prof. **Claudio Mencacci**, Direttore del Dipartimento neuroscienze di salute mentale e dipendenza – Fatebenefratelli Sacco - Milano, "i cui risultati hanno confermato come sia i fattori familiari che il livello di dipendenze da alcol o comportamentali, possa svolgere un'azione importante sulla comparsa di successivi disturbi psichici. Nessuno di tali fattori agisce direttamente sulla possibilità di comparsa di disturbi panici o depressivi, se non attraverso l'intermediazione dei disturbi del sonno. Non tanto per le variabili familiari o altro, come una vita sregolata o l'utilizzo spropositato e notturno per esempio dell'uso di smartphone e di altre tecnologie, non tanto per la quantità di sonno, che si è dimostrata essere sufficiente se di 7 ore e 20, quanto i continui disturbi della qualità del sonno, come punto centrale per le successive manifestazioni psichiche".

Prof. **Claudio Mencacci** - Direttore del Dipartimento neuroscienze di salute mentale e dipendenza – Fatebenefratelli Sacco - Milano.

https://medlinetv.org/home/index.php?option=com_content&view=article&id=3153:la-path-analysis-fattori-familiari-e-le-dipendenze-possono-decretare-la-comparsa-di-disturbi-psichici&catid=59:primo-piano-congressi-rub-speciali&Itemid=132

Credenziali per entrare:

Username: Carlotta.Freri

password: mp8h53v3

PORTALI ED E-ZINE

1 ottobre 2019

GlobalMediaNews.info

Salute: una priorità per 4 under 35 su 5

ottobre 1, 2019 (13.25)

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%), secondo l'indagine Onda.

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

"Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne".

Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). "Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto", commenta Merzagora.

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

“Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all’uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all’uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell’impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all’uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell’umore rendono le donne più attive nel cercare l’aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia” dice Rossella Nappi, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell’Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.

Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l’attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica.

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. “I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l’efficacia di questi strumenti, soprattutto in un’ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani”, commenta Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica – Dipartimento di Salute Pubblica – Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri – IRCCS.

Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l’adolescenza. “Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 – 18 anni) – sottolinea Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano – con l’obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi”.

a cura della redazione

Appuntamenti

01/10/2019

Condividi su Facebook

Tweet su Twitter

MILANO – Per Ferretti Group conferenza stampa di presentazione del progetto di quotazione finalizzato all'ammissione su MTA. Via Ugo Foscolo 1 ore 09:00

MILANO – Iniziativa Cgil Lombardia, Silp e Silf "Lotta all'evasione, contrasto alla corruzione, web tax. Risorse per lo Sviluppo Sostenibile e la Dignità del Lavoro". Partecipano il segretario generale della Cgil Maurizio Landini e il segretario confederale Giuseppe Massafra. Aula magna Tribunale di Milano ore 09:30

MILANO – Consumer&Retail Summit, con Ad Conad Francesco Pugliese, Ad Grandi Stazioni Alberto Baldan. Via Monte Rosa 91 ore 09:30

MILANO – Cerimonia di premiazione del concorso 'Semi, ambasciatori di biodiversità' con assessore regionale Rolfi. Palazzo Lombardia, ore 9.30

MILANO – Inaugurazione della spazio 'BookCrossing', con presidente Consiglio regionale Alessandro Fermi, Francesca Brianza e Carlo Borghetti. Palazzo Pirelli ore 09:45

MILANO – Per Lavazza, nell’ambito dell’International Coffee Day, presentazione della mostra ‘Le caffettiere dei Maestri. Quando l’architettura e il design incontrano la Moka’. P.za San Fedele 2 ore 10:00

MILANO – Conferenza stampa di presentazione del ‘Progetto Icarete’, incontri su tema di infezioni resistenti, indicate dall’Oms, con assessore Gallera. Palazzo Pirelli ore 10:00

MILANO – Evento di apertura del Salone della Crs e dell’innovazione sociale ‘I territori della sostenibilita” con rettore Gianmario Verona. Universita’ Bocconi via Roentgen, 1 ore 10:00

MILANO – Seduta consiglio regionale. Palazzo Pirelli ore 10:00

ROZZANO (MI) – Presentazione di ‘Sorrisi in rosa’ by Pink Union, dedicato alla prevenzione senologica. Humanitas, Via A. Manzoni 56 ore 10:30

RHO (MI) – Cerimonia inaugurale di EXPO Ferroviaria 2019, con Ministra delle Infrastrutture e dei Trasporti Paola De Micheli, Maurizio Gentile Amministratore Delegato e Direttore Generale di Rete Ferroviaria Italiana (RFI), Marco Piuri Amministratore Delegato Trenord. Fiera ore 10:30

MILANO – Presentazione della ricerca ‘Il valore sociale dei nonni nella famiglia di oggi’, realizzata da Bva Doxa per contro di Nonno Nanni. Via B. Panizza 7 ore 11:00

MILANO – Conferenza stampa della Societa’ Italiana di Nefrologia (Sin) per presentare il Congresso Nazionale. Hotel Michelangelo, P.za Luigi di Savoia 6 ore 11:00

MILANO – Conferenza stampa di presentazione nuova edizione del Tour autunnale del Social Camper, con assessore Rabaiotti. Palazzo Marino ore 11:00

MILANO – Presentazione di Hospitality, il Salone dell’accoglienza in programma a Riva del Garda. Four Seasons Hotel via del Gesu’ 6 ore 11:00

MILANO – Presentazione del programma di FORME manifestazione lattiero-casearia che ospitera' a Bergamo i World Cheese Awards con assessore regionale Rolfi. Banca Mediolanum piazza Biandra' ore 11:30

MILANO – Conferenza stampa di presentazione di JazzMi. Fai viale Byron, 2 ore 11:30

PAVIA – Conferenza stampa di insediamento del nuovo rettore Francesco Svelto. Rettorato strada Nuova, 65 ore 11:30

MILANO – Per Intesa Sanpaolo e Mediocredito conferenza stampa di presentazione dell'indagine sulle imprese culturali e creative, con Dg Mediocredito Stefano Firpo. Via Monte di Pieta' 8 ore 11:30

MILANO – Per Amazon Open Day 'Xmas Play Wishlist'. Via Clerici 10 ore 12:00

RHO (MI) – Presentazione dei nuovi treni per il Servizio ferroviario regionale della Lombardia, che saranno svelati da FNM e Stadler, con Andrea Gibelli, presidente di FNM Marco Piuri, amministratore delegato di Trenord. Fiera ore 12:30

MILANO – Per Onda in occasione del Congresso Nazionale incontro su 'I giovani si prendono cura di sé? Prevenire per mantenersi in salute', con presidente Francesca Merzagora. Palazzo Stelline ore 13:00

MILANO – Presentazione della Settimana Mondiale dell'Investitore. Consob, Via Broletto 7 ore 14:00

RHO (MI) – Convegno su '10 anni di Alta Velocita' italiana: l'evoluzione dell'ertms dal 2009 ad oggi', con presidente Rfi Claudia Cattani, Ad Rfi Maurizio Gentile. Fiera ore 14:30

MILANO – Consegna targa al cittadino che il 2 settembre sventò lo scippo di due donne ipovedenti in piazza di Citta di Lombardia, con presidente della Regione Lombardia Attilio Fontana e assessore alla Sicurezza Riccardo De Corato. Palazzo Pirelli, ore 15.30

MILANO – Commissione Consiliare Casa, Lavori Pubblici, Erp. Ordine del giorno: Illustrazione Delibera sul progetto operativo 2019 Agenzia sociale per la locazione, le nuove misure regionali e comunali. Partecipano assessore comunale per il Welfare Gabriele Rabaiotti, direttore aree Politiche per l'affitto Francesco Bargiggia e Romano Guerinoni di Fondazione Welfare Ambrosiano Casa. Palazzo Marino, Sala Commissioni, ore 16

MILANO – Protocollo d'intesa Anci-Avis Lombardia: firmano i primi comuni della provincia di Milano – presenti Oscar Bianchi e Virginio Brivio. Largo Donatori del Sangue, 1 ore 18:00

MILANO – Conferenza stampa di presentazione del volume 'Analfabeti sonori. Musica e presente', con assessore Del Corno e altri. Biblioteca Sormani, Via F. Sforza 7 ore 18:30

MILANO – Per Fondazione Fiera Milano con Meet the Media Guru 21mo incontro Exhibitionist con Guy Bigwood, Direttore di GDS | Global Destinations Sustainability Index. Centro Svizzero ore 19:00

1 ottobre 2019

MONDO PRESSING SALUTE

BENESSERE

Salute una priorità per 4 su 5 under 35

POSTED ON1 OTTOBRE 2019 AuthorRedazione

PER IL 75% DEGLI UNDER 35 LA SALUTE È UNA PRIORITÀ, 2 SU 5 FANNO PREVENZIONE E SI SENTONO INFORMATI SUL TEMA. **LE MALATTIE CHE TEMONO DI PIÙ SONO TUMORI** (73%), **MALATTIE NEURODEGENERATIVE** (36%) E **DISTURBI PSICHIC**I (35%), SECONDO L'INDAGINE ONDA.

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

"Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega **Francesca Merzagora**, Presidente Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci

restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne".

Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un **campione di 892** persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). "Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto", commenta Merzagora.

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

"Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all'uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia" dice Rossella Nappi, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.

Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica.

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. "I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani", commenta Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica – Dipartimento di Salute Pubblica – Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri – IRCCS.

Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. "Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 – 18 anni) – sottolinea Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano – con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi".

1 ottobre 2019

Salute&Benessere

Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti

Mencacci, così aumentano disturbi psicologici

Redazione ANSA MILANO
01 ottobre 201918:31

Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti - RIPRODUZIONE RISERVATA

CLICCA PER INGRANDIRE

Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di dormite, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quando questo avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e l'ipertensione. Lo segnala l'indagine presentata oggi da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di

Onda (Osservatorio nazionale salute donna).

La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. Circa le dipendenze, è emerso che il 27,6% fuma sigarette (l'età media di inizio di consumo è di 14,4 anni), mentre il 71,5% consuma alcolici.

"Uno dei dati emersi - spiega Mencacci - è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70.6% lo fa sempre o spesso". Ma tutti i fattori di rischio analizzati non hanno un'azione diretta sulla probabilità di sviluppare disturbi del comportamento se di mezzo non ci sono problemi al sonno. In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l'alterazione dei ritmi sonno-veglia. "Circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte - continua Mencacci - I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico".

A disturbare il sonno di solito sono l'uso di sostanze o di apparecchi elettronici, come il telefonino, durante la notte.

"Il sonno ha una funzione protettrice - prosegue lo psichiatra - e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico in chi ha già una sensibilità familiare, l'ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria, con l'aumento dell'impulsività. Rivolgiamo quindi un appello ai genitori perchè vigilino sul sonno dei loro figli".

RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright ANSA

1 ottobre 2019

LIBERO 24x7

Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager

Leggo | Crea Alert | 12 ore fa

Scienza e Tecnologia - Sacco, che ne ha parlato a Milano in occasione del 3Â° Congresso nazionale di Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere. L'obiettivo dello studio sugli adolescenti era di 'comprenderne le abitudini, soprattutto le ...

Leggi la notizia

Persone: elma research aon mencacci
Organizzazioni: salute mentale fondazione onda osservatorio
Prodotti: droga congresso nazionale
Luoghi: milano
Tags: sonno smartphone

Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone. Il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri in una ricerca condotta su studenti delle scuole superiori cittadine (14-18 anni) dal team di Claudio Mencacci, presidente della Società italiana di neuropsicofarmacologia e direttore del Dipartimento di Neuroscienze e Salute mentale dell'Asst Fatebenefratelli-Sacco, che ne ha parlato a Milano in occasione del 3° Congresso nazionale di Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L'obiettivo dello studio sugli adolescenti era di «comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale», spiega lo specialista. È così emerso che «la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte; il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite, e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%». Ma il dato che lo psichiatra tiene a sottolineare è lo stretto legame fra qualità del riposo e disturbi mentali.
«Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale - precisa infatti Mencacci - avevano un ritmo sonno-veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi».

Presentando il meeting meneghino, Onda ha diffuso i risultati di un'indagine Elma Research-Aon su un campione di italiani dai 18 ai 35 anni. Tra le dipendenze più frequenti il fumo è il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcol (10%). Questi comportamenti - avverte dunque lo psichiatra - possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza, insinuarsi fra le lenzuolà e distruggere il sonno aprendo le porte a disturbi mentali.

Martedì 1 Ottobre 2019, 22:32
© RIPRODUZIONE RISERVATA

1 ottobre 2019

msn notizie
da Microsoft News

Adolescenti,disturbi sonno da smartphone

ANSA 16 ore fa

© ANSA Adolescenti,disturbi sonno da smartphone

(ANSA) - MILANO, 1 OTT - Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di dormite, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quando questo avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e l'ipertensione. Lo segnala l'indagine presentata oggi da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).

La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. Circa le dipendenze, è emerso che il 27,6% fuma sigarette (l'età media di inizio di consumo è di 14,4 anni), mentre il 71,5% consuma alcolici.

1 ottobre 2019

LA BUONA SALUTE

Salute: una priorità per 4 under 35 su 5

PER IL 75% DEGLI UNDER 35 LA SALUTE È UNA PRIORITÀ, 2 SU 5 FANNO PREVENZIONE E SI SENTONO INFORMATI SUL TEMA. LE MALATTIE CHE TEMONO DI PIÙ SONO TUMORI (73%), MALATTIE NEURODEGENERATIVE (36%) E DISTURBI PSICHICI (35%), SECONDO L'INDAGINE ONDA

1 Ottobre 2019 Redazione Prevenzione

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

MILANO – "Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega **Francesca Merzagora**, Presidente Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne". Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).
Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). "Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto", commenta Merzagora.
La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).
"Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all'uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia" dice **Rossella Nappi**, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.
Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica.
Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. "I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani", commenta **Eugenio Santoro**, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica – Dipartimento di Salute Pubblica – Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri – IRCCS.
Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. "Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 – 18 anni) – sottolinea **Claudio Mencacci**, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano – con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze

da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi".

FONTE: Ufficio Stampa HealthCom Consulting.

1 ottobre 2019

MeteoWeb

DROGA E SMARTPHONE TOLGONO IL SONNO AI TEENAGER

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone: il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri

A cura di Antonella Petris 1 Ottobre 2019 21:46

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone. Il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri in una ricerca condotta su studenti delle scuole superiori cittadine (14-18 anni) dal team di Claudio Mencacci, presidente della Società italiana di neuropsicofarmacologia e direttore del Dipartimento di Neuroscienze e salute mentale dell'Asst Fatebenefratelli-Sacco, che ne ha parlato oggi a Milano in occasione del 3° Congresso nazionale di Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L’obiettivo dello studio sugli adolescenti era di “comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale”, spiega lo specialista. E’ così emerso che “la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte; il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite, e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%”.

Ma il dato che lo psichiatra tiene a sottolineare è lo stretto legame fra qualità del riposo e disturbi mentali: “Tutti i ragazzi del campione con problemi di SALUTE mentale – precisa infatti Mencacci – avevano un ritmo sonno-veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi”.

Presentando il meeting meneghino, Onda ha diffuso i risultati di un’indagine Elma Research-Aon su un campione di italiani dai 18 ai 35 anni. Tra le dipendenze più frequenti il fumo è il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcol (10%). Questi comportamenti – avverte dunque lo psichiatra – possono facilmente radicarsi durante l’adolescenza, insinuarsi ‘fra le lenzuola’ e distruggere il sonno aprendo le porte a disturbi mentali.

1 ottobre 2019		

Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone. Il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli ...

Segnalato da : **meteoweb.eu**

Commenta

Droga e smartphone tolgono il sonno ai teenager *(Di martedì 1 ottobre 2019)* Notti agitate per colpa di droghe e **smartphone**. Il **sonno** dei **teenager** milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri in una ricerca condotta su studenti delle scuole superiori cittadine (14-18 anni) dal team di Claudio Mencacci, presidente della Società italiana di neuropsicofarmacologia e direttore del Dipartimento di Neuroscienze e salute mentale dell'Asst Fatebenefratelli-Sacco, che ne ha parlato oggi a Milano in occasione del 3° Congresso nazionale di Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere. L'obiettivo dello studio sugli adolescenti era di "comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale", spiega lo specialista. E' così emerso che "la totalità del campione ha uno **smartphone** e il 56% lo usa anche di notte; il 37% ha usato almeno una ...

FONTE : METEOWEB.EU

twitter ***Zonedombratvit*** : La droga dello smartphone: "compratevi una sveglia, il riposo non affidatelo al cellulare" - ***numero5__*** : @Don_Lazzara @a_meluzzi Le nuove generazioni. Droga e smartphone. - ***Domenic89215160*** : IL DRONE PORTA DROGA – CONSEGNE A DOMICILIO IN UN CARCERE DELL'OHIO DOVE ALCUNI CORRIERI SPEDIVANO DROGA E SMARTPHO... -

DROGA E SMARTPHONE TOLGONO IL SONNO AI TEENAGER

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone: il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri

A cura di Antonella Petris 1 Ottobre 2019 21:46

Notti agitate per colpa di droghe e smartphone. Il sonno dei teenager milanesi è finito sotto la lente degli psichiatri in una ricerca condotta su studenti delle scuole superiori cittadine (14-18 anni) dal team di Claudio Mencacci, presidente della Società italiana di neuropsicofarmacologia e direttore del Dipartimento di Neuroscienze e salute mentale dell'Asst Fatebenefratelli-Sacco, che ne ha parlato oggi a Milano in occasione del 3° Congresso nazionale di Fondazione Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

L'obiettivo dello studio sugli adolescenti era di "comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale", spiega lo specialista. E' così emerso che "la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte; il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite, e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%".

Ma il dato che lo psichiatra tiene a sottolineare è lo stretto legame fra qualità del riposo e disturbi mentali: “Tutti i ragazzi del campione con problemi di SALUTE mentale – precisa infatti Mencacci – avevano un ritmo sonno-veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi”.

Presentando il meeting meneghino, Onda ha diffuso i risultati di un’indagine Elma Research-Aon su un campione di italiani dai 18 ai 35 anni. Tra le dipendenze più frequenti il fumo è il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcol (10%). Questi comportamenti – avverte dunque lo psichiatra – possono facilmente radicarsi durante l’adolescenza, insinuarsi ‘fra le lenzuola’ e distruggere il sonno aprendo le porte a disturbi mentali.

1 ottobre 2019

yahoo! notizie

Indagine: salute è priorità per 75% giovani adulti

Cro-Mpd
Askanews1 ottobre 2019

Roma, 1 ott. (askanews) - Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%). E' quanto rivela l'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda-Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

"Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda, "la ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne".(Segue)

2 ottobre 2019

Puglialive

SALUTE: UNA PRIORITÀ PER 4 UNDER 35 SU 5

02/10/2019

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%), secondo l'indagine Onda.

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

Milano, 1 ottobre 2019 – "Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne".

Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). "Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto", commenta Merzagora.

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

"Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all'uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto

all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia" dice Rossella Nappi, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.

Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica.

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. "I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani", commenta Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica - Dipartimento di Salute Pubblica - Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri - IRCCS.

Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. "Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 - 18 anni) - sottolinea Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano - con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi".

2 ottobre 2019

LIBERO 24x7

SALUTE: UNA PRIORITÀ PER 4 UNDER 35 SU 5

PugliaLive | 1 | 1 ora fa

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3Â° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere ...

Leggi la notizia

Persone: onda presidente
Organizzazioni: millennials irccs policlinico
Prodotti: app congresso nazionale
Luoghi: milano pavia
Tags: salute prioritÀ

SALUTE: UNA PRIORITÀ PER 4 UNDER 35 SU 5

02/10/2019

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%), secondo l'indagine Onda.

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.

Milano, 1 ottobre 2019 – "Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda. "La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne".

Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e

da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). "Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto", commenta Merzagora.

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

"Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all'uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia" dice Rossella Nappi, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.

Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica.

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%. "I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani", commenta Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica - Dipartimento di Salute Pubblica - Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri - IRCCS.

Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza. "Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 - 18 anni) - sottolinea Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano - con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi".

2 ottobre 2019

COMUNICATI-STAMPA.NET
L'informazione dalla fonte ufficiale

Salute: una priorità per 4 under 35 su 5

Per il 75% degli under 35 la salute è una priorità, 2 su 5 fanno prevenzione e si sentono informati sul tema. Le malattie che temono di più sono tumori (73%), malattie neurodegenerative (36%) e disturbi psichici (35%), secondo l'indagine Onda.

Allo stato di salute dei giovani, nella fascia di età tra i 18 e i 35 anni, e al loro atteggiamento verso la prevenzione, è dedicato il **3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere.**

"Nonostante quello che si possa credere, il 75% degli under 35 intervistati reputa la salute come una priorità della propria vita seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%)", spiega Francesca Merzagora, Presidente Onda. *"La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione adulta, tra i 18 e i 35 anni di età, ci restituisce un quadro piuttosto positivo: 2 intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. In media, gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% degli uomini contro il 48% delle donne) e, forse per questo, hanno una maggiore tendenza a rivolgersi al medico solo quando i sintomi hanno un effetto negativo sulla vita di tutti i giorni, attitudine adottata dal 39% degli uomini rispetto al 31% delle donne".*

Questi dati emergono dall'indagine "Giovani e prevenzione" di **Fondazione Onda,**

condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è al centro del terzo Congresso nazionale Onda, in svolgimento a Milano, un'occasione per approfondire tanti temi di salute, declinati specificamente su questa fascia di età.

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati. Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials – tra i 26 e i 35 anni – e I-generation – tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). "Questi dati mettono in evidenzia come i giovani temano soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali tumori e malattie neurodegenerative. Questo è indice del fatto che ciò che preoccupa viene letto in una prospettiva futura, mentre ad esempio, le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto", commenta Merzagora.

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa. Infatti, gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

"Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco

sicura con le app. Anche la differente percezione di benessere della donna rispetto all'uomo può trovare una facile motivazione. È certo che la donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute rispetto all'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e, nel contempo, meno portate, per esempio, a svolgere attività fisica che peraltro, se seguita regolarmente e con carichi di lavoro adeguati, è un toccasana per il benessere di ciascuno, uomo o donna che sia" dice Rossella Nappi, Professore Ordinario di Ostetricia e Ginecologia dell'Università degli Studi di Pavia, IRCCS Policlinico San Matteo.

Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere. Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica.

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano App. Sono soprattutto le donne ad usarle (68% contro il 40% degli uomini), ricorrendone in maggiore misura per il monitoraggio del ciclo mestruale, 1 donna su 2. Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece sono utilizzati solo dal 15%.

"I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte delle attività che li riguardano. Naturale, quindi, che usino le App per monitorare la propria salute. Sono tuttavia necessari studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati App e dispositivi indossabili, come smartphone e braccialetti intelligenti (per i quali i giovani sembrano nutrire un limitato interesse), potrebbero smettere di essere considerati dei gadget ed essere usati più diffusamente (ed efficacemente) dai giovani", commenta Eugenio Santoro, Responsabile Laboratorio di Informatica Medica - Dipartimento di Salute Pubblica - Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri - IRCCS.

Infine, considerando le dipendenze più frequenti, il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono facilmente radicarsi durante l'adolescenza.

"Da una ricerca che abbiamo condotto su studenti delle scuole superiori milanesi (14 - 18 anni) - sottolinea Claudio Mencacci, Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco, Milano - *con l'obiettivo di comprenderne le abitudini, soprattutto le dipendenze da sostanze e comportamentali, in relazione alla loro salute mentale, emerge che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%.*

Tutti i ragazzi del campione con problemi di salute mentale avevano un ritmo sonno veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi".

2 ottobre 2019

sky tg24

SALUTE E BENESSERE02 ottobre 2019

Il sonno degli adolescenti disturbato da droghe e smartphone

Un'indagine presentata al terzo Congresso Nazionale di Onda mostra che in Italia molti giovani faticano a dormire o a mantenere il sonno a causa dell'uso di sostanze e di device elettronici: in questo modo, aumentano però i disturbi psicologici

Sono gli smartphone e il ricorso a droghe i principali fattori che disturbano il sonno degli adolescenti italiani. Su questi aspetti si concentra l'indagine che il direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano Claudio Mencacci ha presentato al terzo Congresso Nazionale di Onda. L'alterazione dei ritmi sonno-veglia dovuta all'utilizzo di sostanze e quello eccessivo dei device tecnologici tende a ripercuotersi sulla salute mentale dei giovani, più inclini a sviluppare disturbi psicologici e altri problemi quali l'ipertensione.

Alcool e sigarette comuni tra gli adolescenti

I risultati della ricerca illustrata durante l'evento dell'Osservatorio nazionale salute donna (Onda) si basano sulle domande poste a un campione di 932 giovani milanesi con un'età compresa tra i 14 e i 21 anni. Il questionario comprendeva oltre 60 quesiti che riguardavano svariati fattori di rischio, compresi abusi, separazione dei genitori, bullismo o dipendenze da social e videogiochi. Ciononostante, le risposte date dagli adolescenti mostrano che il 71,5% degli intervistati consuma alcolici, mentre il 27,6% fuma sigarette, un'abitudine alla quale i giovani si avvicinano mediamente a 14,4 anni. Mencacci evidenzia però il ruolo giocato dagli smartphone, che il 56% degli adolescenti intervistati utilizza durante la notte e "di questi il 70,6% lo fa sempre o spesso".

Disturbi del sonno: porta d'ingresso per disturbi psicologici

Tuttavia ad aggravare l'impatto sulla salute di questi fattori di rischio è la presenza allo stesso tempo di disturbi del sonno. Mencacci sottolinea che il problema non risiede nelle ore di riposo, che sono mediamente 7,5 per notte, ma piuttosto nel fatto che "circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte". Questi problemi del sonno, dovuti solitamente ai device elettronici e all'uso di sostanze, "fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico". Accade quindi che chi conduce uno stile di vita poco corretto e al contempo è soggetto a un'alterazione dei ritmi sonno-veglia possa sviluppare più facilmente ipertensione, disturbi dell'attenzione, della concentrazione o della memoria, ma anche attacchi di panico "in chi ha già una sensibilità familiare". Secondo Mencacci "il sonno ha una funzione protettrice" ed è compito dei genitori controllare che il riposo dei propri figli non sia disturbato, evitando così ripercussioni più gravi.

2 ottobre 2019

GRUPPO EDITORIALE L'Opinionista® giornale online

Droghe e smartphone disturbano il sonno degli adolescenti

Da **Redazione L'Opinionista** ottobre 2, 2019

ROMA – Il problema degli adolescenti italiani non è la quantità di ore di dormite, ma il sonno disturbato, in particolare da droghe e smartphone: quando questo avviene sono più frequenti i disturbi psicologici, come attacchi di panico, dell'attenzione e l'ipertensione. Lo segnala l'indagine presentata da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).

La ricerca è stata condotta su un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. Circa le dipendenze, è emerso che il 27,6% fuma sigarette (l'età media di inizio di consumo è di 14,4 anni), mentre il 71,5% consuma alcolici.

"Uno dei dati emersi – spiega Mencacci – è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70.6% lo fa sempre o spesso". Ma tutti i fattori di rischio

analizzati non hanno un’azione diretta sulla probabilità di sviluppare disturbi del comportamento se di mezzo non ci sono problemi al sonno. In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l’alterazione dei ritmi sonno-veglia.

“Circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte – continua Mencacci – I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico”. A disturbare il sonno di solito sono l’uso di sostanze o di apparecchi elettronici, come il telefonino, durante la notte.

“Il sonno ha una funzione protettrice – prosegue lo psichiatra – e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico in chi ha già una sensibilità familiare, l’ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria, con l’aumento dell’impulsività. Rivolgiamo quindi un appello ai genitori perchè vigilino sul sonno dei loro figli”.

2 ottobre 2019

OKMEDICINA.IT

I GIOVANI DORMONO MALE A CAUSA DI DROGHE E SMARTPHONE

MERCOLEDÌ, 02 OTTOBRE 2019

Non è tanto la quantità, ma la qualità a difettare quando si parla del sonno dei ragazzi. Lo fa notare un'indagine presentata nel corso del Congresso Nazionale di Onda da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano.

Alla ricerca hanno partecipato 932 giovani milanesi fra i 14 e i 21 anni, che hanno risposto a una serie di 60 domande su diversi fattori di rischio: dai genitori separati ai casi di bullismo, dalla condizione di straniero alle dipendenze. Se il 27,6% di loro ha dichiarato di fumare, è la percentuale di chi consuma alcolici a preoccupare: il 71,5%.
"Uno dei dati emersi - spiega Mencacci - è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70,6% lo fa sempre o spesso". In media, i ragazzi dormono 7,5 ore a notte, una quantità che potrebbe anche essere sufficiente, ma che viene pregiudicata dall'alterazione dei ritmi sonno-veglia.
"Circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte - continua Mencacci -. I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico".
Ciò che disturba maggiormente il sonno è l'uso di sostanze o apparecchi elettronici come lo smartphone.
"Il sonno ha una funzione protettrice - prosegue lo psichiatra - e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico in chi ha già una sensibilità familiare, l'ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria, con l'aumento dell'impulsività. Rivolgiamo quindi un appello ai genitori perché vigilino sul sonno dei loro figli".

2 ottobre 2019

La Ragnatela News
Informazione, attualità, Notizie

ADOLESCENTI: SONNO DISTURBATO DA CELLULARI E DROGHE

Eva Forte 2 Ottobre 2019 Salute Nessun commento

Si parla sempre dell'importanza delle ore di sonno che dobbiamo fare ogni notte, con particolare attenzione ai bambini e agli adolescenti, senza però puntare l'attenzione sulla qualità del sonno. Il problema nella fascia di età adolescenziale è infatti avere il sonno disturbato e questo dipende dall'uso di droghe o del semplice smartphone. Questo porta a conseguenze gravi come disturbi psicologici, attacchi di panico, disturbi dell'attenzione e ipertensione. Questo quanto emerge dall'indagine presentata da Claudio Mencacci, direttore del dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale dell'ospedale Fatebenefratelli-Sacco di Milano, al terzo Congresso Nazionale di Onda (Osservatorio nazionale salute donna).

L'indagine ha coinvolto un campione di 932 giovani milanesi tra i 14 e 21 anni, con oltre 60 domande su diversi fattori di rischio, dai genitori separati agli abusi, dal bullismo all'essere stranieri o avere dipendenze da droghe, videogiochi e social. Per le dipendenze è emerso che il 27,6% fuma sigarette, mentre il 71,5% consuma alcolici.

"Uno dei dati emersi – spiega Mencacci – è che il 56% usa lo smartphone durante la notte. Di questi, il 70.6% lo fa sempre o spesso". Si tratta di fattori di rischio che non hanno però una azione diretta sullo sviluppo dei disturbi se non si hanno problemi di sonno. In media le ore di sonno dormite sono 7,5 a notte, ma il problema è l'alterazione dei ritmi sonno-veglia. "Circa il 25% dei giovani ha difficoltà ad

addormentarsi, mantenere il sonno e si sveglia spesso la notte – continua Mencacci – I disturbi del sonno fanno da mediatori tra i fattori di rischio e il funzionamento dei ragazzi a livello psicologico".

"Il sonno ha una funzione protettrice – prosegue lo psichiatra – e quando è disturbato, nei ragazzi sono più frequenti gli attacchi di panico in chi ha già una sensibilità familiare, l'ipertensione, i disturbi di attenzione, concentrazione e memoria, con l'aumento dell'impulsività. Rivolgiamo quindi un appello ai genitori perchè vigilino sul sonno dei loro figli".

Salute: una priorità per gli under 35

di **Angela Nanni** Pubblicato il: 03-10-2019

Sanihelp.it - I ragazzi con meno di 35 anni sono poco attenti alla salute?

Sembrerebbe proprio di no.

Dall'indagine *Giovani e prevenzione* di Fondazione Onda, condotta da Elma Research, in collaborazione con Aon, su un campione di 892 persone tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute, è infatti emerso come il 75% degli under 35 intervistati reputi la salute come una **priorità della propria vita** seguita, con un notevole distacco, dalla stabilità lavorativa (36%) e dal rapporto con il partner (35%).

L'importanza della salute nella vita degli under 35 si riflette sulla loro conoscenza del tema: in generale, la percezione è di essere bene informati.

Analizzando le fonti principali utilizzate, il 54% si informa attraverso i siti internet, seguiti dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Se si guarda alle due generazioni presenti nel campione, Millennials, tra i 26 e i 35 anni, e I-generation, tra i 18 e i 25 anni, si possono notare differenze sull'utilizzo delle fonti. Se i Millennials utilizzano in misura maggiore i canali medici (59% vs 47%), al contrario gli I-generation consultano, in misura maggiore, i social network (42% vs 32%).

Tra le malattie più temute, i **tumori** la fanno da padrone (73%), seguiti con un significativo distacco dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%)

La minore preoccupazione per le malattie sessualmente trasmissibili coinvolge sia le donne sia gli uomini, ma in misura diversa.

Gli uomini, infatti, le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne (20%).

Questo si riflette, ad esempio, nel maggior ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

Oltre ad avere un ruolo importante sulla salute, l'attività fisica influisce anche sulla percezione stessa del benessere.

Questa risulta, infatti, maggiore in chi svolge attività fisica regolare durante la settimana, 2 persone su 5: il 55% degli under 35 che svolge attività fisica più di due volte a settimana si dichiara soddisfatta del proprio stato di salute rispetto al 47% di chi la svolge meno regolarmente, 1 volta o meno a settimana, fino ad arrivare al 43% di chi non svolge alcuna attività fisica. il 3° Congresso nazionale della Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere, saraà dedicato proprio alla salute degli under 35

FONTE - CONFLITTO DI INTERESSI: Osservatorio Onda

© 2019 sanihelp.it. All rights reserved.

4 ottobre 2019

Donna in salute

I giovani e la prevenzione: la salute è una priorità

Paola Trombetta Psicologia 4 Ottobre 2019 9:20

Per il 75% dei giovani, under 35, la salute è una priorità: due su 5 fanno prevenzione e si informano sul tema. Le malattie che temono di più sono i tumori (73%); vengono poi le malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). Sono i dati emersi dall'indagine **"Giovani e prevenzione" realizzata da Fondazione Onda,** condotta da Elma Research in collaborazione con Aon, su un campione di 892 soggetti tra i 18 e i 35 anni per valutare la propensione di questa fascia di popolazione alla cura della propria salute. La prevenzione nei giovani è stata al centro del terzo**Congresso nazionale di Onda**, che si è appena concluso a Milano. «La ricerca che abbiamo condotto per valutare la prevenzione della salute nella fascia più giovane della popolazione, tra i 18 e i 35 anni, ci restituisce un quadro piuttosto positivo», puntualizza **Francesca Merzagora, presidente di Onda.** «Due intervistati su 5 fanno prevenzione e la percezione generale è di essere in buona salute. Gli uomini si reputano in uno stato di salute migliore rispetto alle donne (54% contro il 48%), ma si rivolgono al medico solo quando i sintomi diventano seri e interferiscono con la vita di tutti i giorni».

Dove si informano i giovani? Il 54% sui siti internet, poi dai canali medici, tra cui i medici di medicina generale e gli specialisti, e da familiari e conoscenti, rispettivamente nel 53 e 39% dei casi. Tra le malattie più temute, i tumori la fanno da padrone (73%), seguiti dalle malattie neurodegenerative (36%) e i disturbi psichici (35%). «Questi dati evidenziano come i giovani temono soprattutto malattie tipiche di un'età più avanzata, quali i tumori. Ciò che preoccupa viene dunque letto in una prospettiva futura, mentre le malattie sessualmente trasmissibili, che sono un reale pericolo in questa fascia d'età, compaiano solo al sesto posto», commenta Merzagora. «E gli uomini le temono maggiormente (27%) rispetto alle donne

(20%). Questo si riflette, ad esempio, nel maggiore ricorso a visite infettivologiche di controllo da parte loro (19% rispetto al 10% delle donne).

«Le malattie a trasmissione sessuale sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del condom, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione di non prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente Pap Test», fa notare **Rossella Nappi, professore ordinario di Ostetricia e Ginecologia all'Università degli Studi di Pavia, Policlinico San Matteo.** «Le giovani si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app. La donna, a causa dell'impatto che le fasi del ciclo mestruale esercitano sul senso di benessere psico-fisico, si percepisce meno in salute dell'uomo. Dolori mestruali, mal di testa, tensione al seno, senso di gonfiore, alterazioni dell'umore rendono le donne più attive nel cercare l'aiuto del medico e meno portate a svolgere attività fisica, che invece sarebbe un toccasana e aumenterebbe la percezione di benessere».

Per monitorare la propria salute, sei giovani su 10 utilizzano App. Vi ricorrono soprattutto le donne (68% contro il 40% degli uomini) per monitorare il ciclo mestruale (una donna su 2). Rimanendo sempre in ambito tecnologico, i dispositivi elettronici indossabili, o wearable device, invece, sono utilizzati solo dal 15%. «I giovani sono abituati a usare lo smartphone per molte attività che li riguardano», commenta **Eugenio Santoro**, **responsabile del Laboratorio di Informatica Medica – Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri – IRCCS.** «È perciò naturale che usino le App per monitorare la propria salute. Mancano ancora studi clinici che dimostrino l'efficacia di questi strumenti, soprattutto in un'ottica di prevenzione. Solo in presenza di questi risultati, App e dispositivi indossabili potrebbero smettere di essere considerati gadget ed essere usati in modo più utile dai giovani, per fare prevenzione e controllare la salute».

Da considerare poi le dipendenze dei giovani che danneggiano invece la salute: il fumo risulta il più diffuso (54%), seguito dalla dipendenza da social network (19%), che supera quella da alcool (10%). Questi comportamenti possono radicarsi fin dall'adolescenza. «Abbiamo condotto di recente una ricerca su studenti delle scuole superiori milanesi (14-18 anni), con l'obiettivo di comprenderne le abitudini e le dipendenze da sostanze, in relazione alla salute mentale», puntualizza **Claudio Mencacci**, **Presidente della Società Italiana di Neuropsicofarmacologia, Direttore Dipartimento di Neuroscienze e Salute Mentale, Fatebenefratelli-Sacco**, «E' emerso che la totalità del campione ha uno smartphone e il 56% lo usa anche di notte, il 37% ha usato almeno una volta sostanze illecite e la percentuale di chi si è ubriacato almeno una volta negli ultimi 6 mesi tocca il 40%. Tutti i ragazzi del campione, con problemi di salute mentale, avevano un ritmo sonno-veglia alterato, evidenziando come il sonno sia il nodo cruciale fra comportamenti disfunzionali e dimensioni psicopatologiche dei ragazzi. La cosiddetta "sleep deprivation", la privazione di sonno, si registra anche nella fascia d'età giovanissima (12-15 anni): il 71% dei giovanissimi usa il cellulare la sera e il 92% di questi lo usa addirittura dopo mezzanotte. Questi sistemi elettronici sono in grado di interferire sulle risposte neuronali, interessando quelle zone della corteccia cerebrale che presiedono il desiderio e l'aggressività: si prova piacere a chattare o messaggiare con lo smartphone, ma al tempo stesso si diventa dipendenti e spesso anche aggressivi. Ecco perché questo genere di dipendenza dovrebbe essere analizzato alla pari di quella da droghe e alcol».

di Paola Trombetta

Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35

4 Ottobre 2019 Salute

Salute, è una priorità per il 75% dei giovani under 35

In generale, la percezione è di essere bene informati. Il 54% lo fa su internet, sui canali medici (53%), tra cui quelli dei medici di medicina generale e degli specialisti, e con familiari e conoscenti (39%). Se però i Millennials (26-35 anni) ricorrono di più ai canali medici (59% contro 47%) rispetto alla I-generation (18-25 anni), quest'ultima invece consulta di più i social network (42% contro 32%).

L'analisi delle malattie più temute rivela che "i giovani temono soprattutto le malattie tipiche dell'età più avanzata – continua Merzagora – mentre quelle sessualmente trasmissibili, reale pericolo per loro, sono solo al sesto posto".

Queste ultime, secondo Rossella Nappi, docente di Ginecologia dell'Università di Pavia, "sono un tema più sentito dagli uomini perché la cultura della protezione, grazie all'uso del preservativo, è più nelle mani maschili, mentre le donne hanno la percezione che a loro non possa succedere di prendere infezioni perché fanno visite ginecologiche, ed eventualmente PapTest, e si preoccupano semmai di fare una contraccezione sicura di tipo ormonale e non di barriera, oppure naturale e poco sicura con le app".

Per monitorare la propria salute 6 persone su 10 utilizzano infatti le app, soprattutto donne (68% contro il 40% degli uomini), per monitorare il ciclo mestruale.

I dispositivi elettronici indossabili sono invece ancora poco usati (15%), mentre tra le dipendenze, il fumo è la più frequente (54%), seguito da social network (19%), e alcol (10%).