

Indagine IL BENESSERE ORMONALE NELLA POPOLAZIONE FEMMINILE

Metodologia

CAWI (Computer Assisted Web Interviewing)

Target

602 donne di età compresa fra i 16 e i 65 anni

Obiettivi dell'indagine

indagare la sfera del benessere ormonale della donna, andando a comprendere come i cambiamenti ormonali legati alle diverse fasi della vita, impattino sulla QoL considerando la salute e il benessere della donna a 360 gradi

Risultati emersi

Sbalzi ormonali: un fenomeno molto noto ma di cui si parla poco

- ✓ Le fluttuazioni ormonali sono **un fenomeno familiare a tutte le donne** (95% ne ha sentito parlare e 75% sa di cosa si tratta), un compagno di vita in continua presenza
- ✓ Si presentano con un **quadro sintomatologico ricco ed articolato, che vede tratti comuni per tutte le fasi di vita**: effetti su cute e capelli (~80% delle donne), perdita di energia (~70% delle donne) e problematiche psicologiche (~70% delle donne)
- ✓ Sebbene non influisca significativamente sulla QoL (non intacca la socialità dell'individuo), **impatta dal punto di vista emotivo e della percezione di sé condizionando la vita delle donne** per un periodo di tempo senza fine
- ✓ Tant'è che le donne sono concordi nel rivendicare il proprio **diritto a ricevere maggiori informazioni sugli sbalzi ormonali**, chiedendo a gran voce di non essere lasciate sole (76% delle donne) e di ricevere maggiore sostegno dalle figure deputate: ginecologo e MMG, ad oggi ben poco proattivi (92% delle donne)

Sbalzi ormonali: le fonti informative e i bisogni

- ✓ Ad oggi le principali fonti informative sono **internet** (utilizzato dal 68% delle donne) ed il **passaparola** (51%)
- ✓ Siti di informazione sulla salute, social media, forum e blog sono i canali principalmente utilizzati; l'intervento del medico si attiva nel momento in cui si presenta un cambiamento nella vita della donna, come la gravidanza o la menopausa
- ✓ Le donne **vorrebbero trovare nel clinico il riferimento informativo**, ma al tempo stesso **internet resta un mezzo fondamentale, soprattutto fra le più giovani** che attualmente rappresentano il segmento più fragile: meno informate e meno preparate nell'affrontare gli sbalzi ormonali
- ✓ **Indicazioni sul corretto stile di vita da seguire** (richieste dal 39% delle donne), **i rimedi possibili** (36%) e **anche l'attivazione di un sostegno psicologico** (35%) sono i principali bisogni espressi, trasversalmente alle fasi della vita e alle età

Conclusioni

I dati raccolti forniscono indicazioni utili su modalità e temi da trattare con le donne rispetto agli sbalzi ormonali:

- ✓ **Promuovere awareness** sugli sbalzi ormonali, evitando il passaparola come unico mezzo di conoscenza. A fronte di una scarsa proattività da parte delle figure mediche, le associazioni e le aziende possono far molto per evitare che le donne si sentano sole e prive di risorse
- ✓ **Internet** è un mezzo di comunicazione ampiamente utilizzato da parte delle donne per ricercare informazioni sugli sbalzi ormonali. Utilizzare questo canale per parlare con loro, ponendo l'**attenzione sui sintomi che sono comuni a tutte le fasi di vita**, come le problematiche di cute/capelli
- ✓ **Contraddistinguersi come riferimento per le donne**, fornendo informazioni e servizi di varia natura, ad esempio consulenze sullo stile di vita, informazioni sui prodotti disponibili, supporto psicologico, per rispondere ai bisogni attualmente insoddisfatti della popolazione femminile