

GIORNATA NAZIONALE DELLA SALUTE DELLA DONNA 2025

PRENDERSI CURA DI SÉ È UN ATTO DI RESPONSABILITÀ'.

LA SIN LANCIAMO UN APPELLO PER LA SALUTE NEUROLOGICA DELLE DONNE.

- ✓ Giornata Nazionale della Salute della Donna: un appello alla consapevolezza. La Società Italiana di Neurologia (SIN) invita le donne a prendersi cura della propria salute neurologica, spesso trascurata a causa del peso dei ruoli familiari e sociali;
- ✓ Alcune patologie neurologiche colpiscono più duramente le donne. Emicrania, Sclerosi Multipla, Malattia di Alzheimer e disturbi dell'umore presentano un'incidenza e una gravità maggiori nella popolazione femminile, per ragioni biologiche, ormonali e psicosociali;
- ✓ Disagio emotivo, stress persistente e violenze subite possono influire negativamente sulla salute neurologica femminile, aggravando la vulnerabilità già esistente.

Roma, 22 aprile 2025 - In occasione della Giornata Nazionale della Salute della Donna, che si celebra oggi, la Società Italiana di Neurologia (SIN) lancia un messaggio chiaro: è tempo che le donne prestino attenzione alla propria salute – anche quella neurologica – con piena consapevolezza e informazione.

Spesso, a causa del carico di responsabilità legato alla gestione di molteplici ruoli e alla cura degli altri, le donne tendono a trascurare i segnali inviati dal proprio corpo, a sottovalutare il dolore o a rimandare controlli e accertamenti. Questo comportamento, profondamente radicato in dinamiche culturali e sociali che normalizzano la sofferenza silenziosa, può condurre a diagnosi tardive. In ambito neurologico, ciò comporta il rischio di individuare le patologie in stadi già avanzati, quando le opzioni terapeutiche risultano meno efficaci e la qualità della vita è già significativamente compromessa.

È proprio per questo che negli ultimi anni si è fatto sempre più strada un approccio che riconosce come le malattie neurologiche possano colpire uomini e donne in modo diverso. La SIN è in prima linea nella promozione di una neurologia attenta al genere, impegnata nello sviluppo di strategie diagnostiche e terapeutiche personalizzate, basate su evidenze scientifiche e differenze biologiche, ormonali, ma anche sociali e psicologiche.

Esistono patologie neurologiche che hanno una maggiore prevalenza nel sesso femminile. Inoltre, le manifestazioni cliniche, sia iniziali che tardive, di molte malattie neurologiche, la risposta terapeutica, l'accesso alle cure o le reazioni avverse ai farmaci possono variare nelle donne rispetto agli uomini. Molte patologie neurologiche, poi, colpiscono le donne ancora in età fertile; pertanto, una particolare attenzione va rivolta alla gestione della terapia farmacologica in relazione alla gravidanza o alla programmazione della stessa.

"Le evidenze scientifiche dimostrano come numerose patologie del sistema nervoso colpiscano con maggiore frequenza e gravità le donne – dichiara la Professoressa Alessandra Nicoletti, Ordinario di Neurologia presso l'Università di Catania – È il caso dell'emicrania, che si manifesta con maggiore frequenza e in forma più debilitante nel sesso femminile, con attacchi più lunghi e intensi, anche a causa dell'influenza degli ormoni sessuali nelle diverse fasi della vita, dal menarca alla menopausa."

“Ma anche patologie più complesse come, ad esempio, la Sclerosi Multipla e la Malattia di Alzheimer, presentano un’incidenza più elevata nella popolazione femminile. E ancora, molte malattie autoimmuni e disturbi dell’umore trovano nelle donne un terreno di vulnerabilità maggiore – continua la Professoressa Nicoletti – In particolare, la Malattia di Alzheimer – la più comune forma di demenza nella popolazione anziana dei Paesi occidentali – colpisce le donne con una prevalenza doppia rispetto agli uomini. Una differenza non spiegabile solo con la maggiore aspettativa di vita femminile, ma anche per fattori ormonali ancora oggetto di studio. La Sclerosi Multipla, poi, colpisce le donne circa tre volte più degli uomini, con esordio spesso in età fertile, andando a compromettere la qualità di vita personale, familiare e lavorativa.”

In sintesi, le donne sono più suscettibili a diverse patologie neurologiche, e le differenze biologiche, ormonali e sociali giocano un ruolo significativo in questa disparità.

Ma non è solo la biologia a fare la differenza. *“Accanto ai dati clinici, emerge un altro elemento cruciale: il peso dello stress cronico sulla salute neurologica – aggiunge la Professoressa Maria Teresa Pellecchia, Associato di Neurologia presso l’Università degli Studi di Salerno – Situazioni di disagio domestico, carichi emotivi non condivisi, e soprattutto episodi di violenza – ancora troppo frequenti – sembrano determinare un danno strutturale del cervello, causa di diversi disturbi neurologici e psichiatrici. La conoscenza di queste specificità può aiutarci a garantire alle donne un approccio gender-oriented che tuteli maggiormente il loro benessere e la loro salute neurologica”.*

Eppure, nonostante questi ostacoli, le donne dimostrano una straordinaria resilienza nell’affrontare dolore, malattia, e contesti di vita difficili, spesso a scapito della tempestività nell’accesso ai trattamenti o nella richiesta di aiuto.

“Serve un cambio di paradigma – aggiunge la Professoressa Pellecchia – che ponga la salute neurologica delle donne come priorità, non come emergenza da affrontare a posteriori. La SIN da anni promuove la Neurologia di genere come un’area prioritaria, anche attraverso l’istituzione di un apposito Gruppo di Studio che ha l’obiettivo di individuare e studiare i fattori biologici, ambientali e sociali che agiscono in modo differenziale nel genere maschile e in quello femminile, al fine di sviluppare strategie sempre più efficaci per la diagnosi, prevenzione e cura delle diverse patologie neurologiche”.

E a proposito di strategie preventive che le donne dovrebbero adottare per mantenere una buona salute neurologica la Professoressa Pellecchia conclude dicendo che *“è consigliabile praticare una regolare attività fisica di tipo aerobico, che stimola la plasticità dei neuroni e riduce l’infiammazione, adottare una dieta salutare per il cervello come la dieta mediterranea, che supporta la funzione cognitiva, cercare di avere una buona durata e qualità del sonno, perché il sonno insufficiente aumenta il rischio di malattie neurologiche come la demenza di Alzheimer, mantenere una vita sociale attiva e promuovere il benessere emotivo, prendersi cura della salute cardiovascolare perché le malattie cardiovascolari possono danneggiare la salute del cervello”.*

Adnkronos Comunicazione per Società italiana di Neurologia (SIN) - sin.media@adnkronos.com

Stella Manduchi, 3316747458 | Raffaella Marino, 3283613995 | Maria Luisa Paleari, 3474303504 | Roberto Scalise, 3383037909

Segreteria SIN

info@neuro.it

Social Network SIN [facebook.com/sinneurologia](https://www.facebook.com/sinneurologia) | [instagram.com/sinneurologia](https://www.instagram.com/sinneurologia) | [x.com/sinneurologia](https://www.x.com/sinneurologia)