Donna e qualità di vita: i fattori fondamentali

Prof. Marco Gambacciani
Dipartimento di Ostetricia e Ginecologia a Interesse Oncologico
Azienda Ospedaliera Universitaria Pisana, Pisa

Intervista rilasciata in occasione del simposio su "Testosterone, DHEA and women's health", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per il dolore nella donna Onlus nell'ambito del 24° Congresso Europeo dello European Board and College of Obstetrics and Gynaecology (EBCOG), Torino, 19-21 maggio 2016

Sintesi del video e punti chiave

La qualità di vita della donna dipende da molti fattori correlati tra loro. Per tutelarla con efficacia, è decisivo capire che la prevenzione non opera solo e principalmente nei confronti dell'insorgenza delle malattie, ma innanzitutto nei riguardi dell'invecchiamento e degli inconvenienti che questo inevitabilmente comporta per la salute e l'autonomia.

In questo video, il professor Gambacciani illustra:

- come il movimento fisico protegga la salute cardiovascolare e da molte forme di tumore;
- gli alleati dell'esercizio fisico regolare: alimentazione corretta, niente fumo, poco alcol;
- i danni che l'invecchiamento produce sull'intero apparato locomotorio della donna – muscoli, ossa, articolazioni, legamenti – con conseguente ridotta mobilità e accumulo di grasso, specialmente a livello addominale;
- i benefici di una supplementazione di estradiolo e testosterone naturale in menopausa;
- come la terapia ormonale sostitutiva debba essere equilibrata, personalizzata e gestita da personale medico preparato a livello scientifico e clinico.

Realizzazione tecnica di **MedLine.TV**