



Dal menarca alla menopausa, la giusta informazione sul benessere intimo contro ogni tabù¹

Descrizione

(Adnkronos) Esistono piccoli gesti che possono fare una grande differenza quando si parla di salute. Tra questi c'è sicuramente l'igiene intima, un aspetto fondamentale per assicurare il proprio benessere intimo e prima forma di prevenzione delle infezioni; eppure resta un argomento che spesso genera vergogna anche al pensiero di affrontarlo con specialisti. A questo tema che viene dedicato il primo episodio intitolato "Intima" della serie podcast "IntimaMente Noi" realizzato da Essity in collaborazione con Adnkronos, dove rappresentanti delle istituzioni ed esperti scientifici dibattono di alcuni dei tabù emersi dalla ricerca "Gli italiani, l'igiene personale e l'igiene intima" realizzata da Essity con AstraRicerche sul rapporto della popolazione italiana con l'igiene personale e intima.

La ricerca

Dall'indagine emerge che il tema dell'igiene è solo parzialmente condiviso con gli altri e che, in caso di insicurezza, il 36,1% non ne parla con nessuno. Quando si decide di parlarne, il partner resta il confidente principale che con genitori e fratelli porta i parenti al 40,9%, seguiti dagli amici (22,2%) mentre medici e specialisti sono consultati raramente (14,5% in totale tra medico di base, ginecologo, psicologo o altri medici).

Ad ogni modo il livello di conoscenza percepito sul tema è mediamente alto: secondo la ricerca sociologica di AstraRicerche circa l'85% degli intervistati si ritiene molto o abbastanza informato su come curare la propria igiene ma emerge anche un forte desiderio (nel 78,7% dei casi) di approfondire aspetti specifici come l'evoluzione dei bisogni nelle diverse fasi della vita.

Gli ospiti

Il primo episodio del podcast, *IntimaMente*, vede confrontarsi Nicoletta Orthmann, Direttrice Medico-Scientifica di Fondazione Onda ETS; la ginecologa e divulgatrice Chiara Di Pietro e la Marketing Manager di Essity Italia, Ilaria Spinelli, sul benessere intimo nelle diverse fasi della vita.

IntimaMente Noi, spiega Ilaria Spinelli di Essity, nasce come uno spazio di condivisione e informazione rispetto all'igiene femminile, un tema che è fondamentale per benessere, prevenzione e cura della donna. Il progetto ha lo scopo di aprire quella che è la discussione rispetto a questo tema per abbattere gli stereotipi e i tabù che ancora oggi sono presenti nella nostra società.

Secondo Nicoletta Orthmann il tema dell'igiene intima, nella sua accezione più complessa e più completa di benessere intimo è qualcosa che deve accompagnare la donna in modo dinamico da sempre, fin dalla giovanissima età, e deve poi modularsi nel tempo per rispondere a quelle che sono le diverse fasi della vita della donna e che sono fasi connotate da bisogni specifici, da attenzioni e cura specifica.

Chiara Di Pietro è convinta che sia necessario insegnare senza filtri alle donne a vivere con serenità l'igiene intima. Nella sua pratica clinica, racconta, lavora con donne di ogni età ogni giorno e la cosa più importante che negli anni ho imparato è quanto fondamentali siano l'ascolto e la comunicazione. Il medico spiega la ginecologa non deve aver paura di chiedere, di sembrare indiscreto o giudicante perché il nostro ruolo è quello di ascoltare, accompagnare, educare le donne a una consapevolezza della nostra fisiologia, del nostro corpo e del nostro cambiamento partendo dall'anatomia e dall'igiene intima intesa come cura di se stesse. La specialista, peraltro, ricorda quanto comunicare alle donne le giuste informazioni possa innescare un circolo virtuoso: se una madre ha gli strumenti corretti può insegnarli a sua volta alle proprie figlie. In modo tale che le donne di domani conclude Di Pietro crescano già con un bagaglio che non tutte noi abbiamo avuto la fortuna di ricevere.

YouTube: https://youtu.be/e2TvRIU9c1U?si=exSDGjdH-eyo5U_1

Spotify: <https://open.spotify.com/episode/2ebG5mbjvaKqjB5oenvv4Ty?si=PXj1zQoaTWeuy7he3EYxvA>

Podcast Adnkronos: <https://podcast.adnkronos.com/podcast/intima-esplorare-la-dimensione-fisica-delligiene-intima-femminile/>

?

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Settembre 17, 2026

Autore

redazione

default watermark