

# Menopausa, Zappia (Sin): â??40-60% donne accusa disturbi cognitiviâ?•

## Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â?? â??Durante la menopausa tra il 40% e il 60% delle donne riferisce difficoltÃ  cognitive, oltre ai piÃ¹ noti disturbi emotivi e affettivi. Si tratta di una condizione definita subjective â??cognitive declineâ??, un declino cognitivo soggettivo caratterizzato soprattutto da problemi di memoria che, nella maggior parte dei casi, non trovano riscontro ai test neuropsicologiciâ?•. Lo ha detto Mario Zappia, presidente della SocietÃ  italiana di Neurologia (Sin), alla presentazione di â??Menopausa, riscriviamo le regoleâ??, la prima campagna nazionale che coinvolge le diverse figure professionali che gravitano intorno a questa fase della vita. Il progetto â?? che prevede un convegno nazionale, la nascita di un portale e la pubblicazione di un libro (â??M come Menopausaâ??, di Annamaria Colao e Raffaella Cesaroni, edito da Cairo Editore) â?? Ã¨ stato presentato oggi in conferenza stampa alla Camera dei deputati, alla presenza dei piÃ¹ importanti rappresentanti istituzionali e del mondo medico-scientifico.

Zappia ha spiegato che le donne descrivono â??frequentemente difficoltÃ  di memoria, riduzione dellâ??apprendimento verbale e un rallentamento nella velocitÃ  di elaborazione delle informazioni. Una sintomatologia spesso indicata con il termine â??brain fogâ?•, la cosiddetta â??nebbia cognitivaâ?•, espressione diventata familiare anche durante la pandemia di Covid-19â?³. Secondo le evidenze disponibili, â??il rischio di sviluppare questi disturbi sembra essere maggiore nelle donne che affrontano una menopausa precoce. Tra le possibili cause viene indicata soprattutto la riduzione dei livelli di estrogeni, anche se il fenomeno appare multifattorialeâ?•. A incidere, seocnodo Zappia, sono infatti anche altri aspetti tipici di questa fase della vita, come le â??alterazioni dellâ??umore, lo stress emotivo, i disturbi del sonno e i sintomi vasomotori, tra cui le vampate di calore. Tutti fattori che possono contribuire alla comparsa della â??nebbia cognitivaâ?•.

Studi longitudinali â??indicano che questi disturbi non tendono a peggiorare con il passare degli anni e, nella maggior parte dei casi, rappresentano una condizione transitoria alla quale lâ??organismo riesce progressivamente ad adattarsi. Per limitarne lâ??impatto lâ??espert sottolinea â??lâ??importanza degli stili di vita, dallâ??attivitÃ  fisica regolare a unâ??alimentazione equilibrata, fino a una buona qualitÃ  del sonnoâ?•. Resta perÃ² ancora molto da fare sul fronte della ricerca. Secondo Zappia â??la menopausa continua a essere un tema poco esplorato sia negli studi dedicati alla neurologia di genere sia nei trial clinici â?•. Servono inoltre maggiori evidenze su come questa fase della vita influenzi lâ??evoluzione e il trattamento delle principali malattie neurologiche, dalla sclerosi multipla al

Parkinson. â??Le societÃ  scientifiche devono dare risposte a queste domandeâ?• ha poi concluso il presidente della Sin â??evidenziando la necessitÃ  di rafforzare la ricerca e la sensibilizzazione su un tema destinato a interessare un numero crescente di donneâ?•.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

**Categoria**

1. Comunicati

default watermark

**Tag**

1. Ultimora

**Data di creazione**
Giugno 30, 2026
**Autore**
redazione