

## Donne: sono davvero meglio degli uomini? – Parte 2

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Gentile professoressa, secondo lei è vero che le donne sono meglio degli uomini, quasi in tutti i campi? Ne discutevo qualche giorno fa con due colleghe d’ufficio, e loro erano molto sicure del fatto loro. In effetti, ci sono realtà in cui ci sono solo donne, a tutti i livelli gerarchici. Inoltre sembrano più grintose, più determinate, più fiduciose nei propri mezzi. O è solo apparenza? Lei che ne dice?”.

Valerio L. di Como

Gentile signor Valerio, rispondendo alla sua domanda riprendo e concludo la riflessione aperta con la lettera di Alessandro da Ascoli. Per un quadro più completo della questione, La rimando quindi anche a quella risposta (veda link sotto riportato).

La volta scorsa, abbiamo visto che le donne vivono più a lungo, creano più facilmente stabili relazioni affettive, hanno un tatto, un gusto e un olfatto più acuti, sono più empatiche e più attente alla salute, soprattutto quella degli altri. Oggi vediamo, senza alcuna pretesa di esaustività, alcuni aspetti più legati alla dimensione medica e professionale.

Le donne sono più resistenti al dolore...

Le donne sono più soggette al dolore, soprattutto a causa delle oscillazioni dei livelli ormonali che si registrano durante il ciclo. Diverse patologie caratterizzate da dolore hanno una netta prevalenza femminile, come l’emicrania, la sindrome dell’intestino irritabile, l’artrite reumatoide, oltre al dolore mestruale e alla dispareunia. Alcuni disturbi, proprio per motivi ormonali, si aggravano in corrispondenza delle mestruazioni (come la cefalea catameniale) o dopo la menopausa (per esempio, i dolori articolari). Eppure sembra che gli uomini siano i primi a lasciarsi abbattere, anche da un semplice mal di denti.

Attenzione, però: abitudine e resistenza non significano che il dolore vada accettato come “inevitabile” o connaturato all’essere donna, né tantomeno che abbia radici psicogene e sia, di conseguenza, “tutto nella testa” della donna. Con la sola eccezione del lutto, il dolore ha sempre solidissime basi biologiche e come tale va riconosciuto e curato: una donna ha diritto di stare bene e la medicina ha il dovere di aiutarla a combattere ogni forma di dolore. E’ questo, fra l’altro, il motivo principale per cui nel 2008 ho costituito la Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus.

... e affrontano meglio i disagi emotivi

Mentre gli uomini tendono a negarli, fino a quando il problema non diventa davvero serio, le donne li affrontano e li esprimono, il che offre loro più concrete possibilità di superarli. E’ però vero che se la sofferenza interiore si approfondisce e non trova sbocco, le donne sono più esposte al rischio di malattie indotte dal disagio, come l’anoressia e la bulimia nervosa.

**Ictus: a parità di danni lei si riprende meglio**

Per quanto riguarda la salute cardiovascolare, la donna è messa favorita dell'uomo, in particolare con la menopausa, quando viene meno la protezione offerta dagli ormoni. In positivo, una terapia ormonale sostitutiva iniziata subito dopo la menopausa, e assunta per dieci anni, dimezza il rischio cardiovascolare. Un recente studio sull'ictus ha inoltre evidenziato che, a parità di neuroni danneggiati, le donne si riprendono meglio degli uomini, e cioè che il loro cervello reagisce diversamente e più favorevolmente all'insulto ischemico.

**Alcune cure sono più efficaci "in rosa"**

Da alcuni anni si valutano con attenzione le differenze di genere nella risposta alle terapie. E' così emerso che, nella cura dei problemi cardiovascolari, la donna si trova in vantaggio rispetto all'uomo. Per esempio l'acido acetilsalicilico, che attenua il rischio di un secondo infarto o ictus, risulta più efficace nelle donne; lo stesso vale per il pacemaker in caso di scompenso cardiaco.

**Multitasking? Sì, ma non per scelta**

Questo aggettivo indica la capacità di condurre più attività contemporaneamente, ed è spesso attribuito alle donne: si pensi solo alla necessità di lavorare, accudire i figli, gestire la casa. Anche se alcuni recenti studi suggeriscono che gli uomini siano più abili da questo punto di vista, resta il fatto che, oggettivamente, sono le donne più degli uomini a doversi dividere tra molteplici attività, e in questo manifestano una forte capacità di adattamento. Fare una cosa alla volta, però, è sempre consigliabile, per uomini e donne: garantisce risultati migliori, meno stress e anche meno incidenti dovuti alla stanchezza e alla mancanza di concentrazione.

**Le nate premature sono più "forti"**

Nascere troppo presto significa non essere pronti a svolgere in modo efficiente ed efficace i compiti richiesti dalla vita extrauterina: quella dei prematuri, quindi, è una condizione difficile. Secondo uno studio australiano, pubblicato sulla rivista scientifica *Pediatrics* e condotto su 2000 bambini nati pretermine, le femmine sarebbero in grado di affrontare meglio questa delicata situazione. La ricerca, infatti, evidenzia che i prematuri maschi hanno un tasso di sopravvivenza inferiore a quello delle femmine (77% contro 91%) e una maggiore probabilità di avere problemi neurologici a lungo termine (20% contro 12%).

**In conclusione**

Abbiamo visto che su molti fronti la donna è più forte dell'uomo. Questo significa che sia più capace in ogni situazione e in ogni attività? Non è detto. La motivazione e la preparazione, così come la dedizione e il senso di responsabilità, sono soprattutto doti individuali, e come tali possono essere presenti sia nelle donne, sia negli uomini. Molta sicurezza oggi ostentata dalle

donne può nascondere in realtà una profonda fragilità e, in alcuni casi, il desiderio di apparire meglio di ciò si è. Attenzione dunque ad evitare le facili categorizzazioni: oggi ci sono tante donne straordinarie, ma anche tanti uomini solidi e affidabili. E a tutti loro, insieme, è affidato il mondo di oggi e di domani.