

## IL VOSTRO CONTRIBUTO

Questa rubrica punta a scovare e a dare maggiore visibilità alle numerose iniziative rivolte al pubblico, spesso curiose e interessanti, che le farmacie organizzano sul territorio, anche a livello individuale, al di fuori cioè da appartenenze sindacali, cooperative o altro. Segno evidente che in molti titolari non manca lo spirito propositivo e la fiducia nel futuro. Scrivete a [info@puntoeffe.it](mailto:info@puntoeffe.it)

**A** maggio è facile sentirsi più leggeri” è lo slogan della campagna di sensibilizzazione promossa dalle reti +Bene farmacie associate e Cofarmit, che ha visto coinvolte le farmacie nella prevenzione e la cura della stipsi, in collaborazione con specialisti gastroenterologi e chirurghi. Dal 17 al 24 maggio esse sono state il punto cardine di questo evento informativo e diagnostico, che ha permesso al cittadino di essere consigliato e indirizzato in relazione a un disturbo sempre più diffuso nel mondo occidentale ma spesso affrontato con leggerezza. La stitichezza è causata da un malfunzionamento dell'intestino correlato a molteplici fattori, alcuni ancora sconosciuti, e caratterizzato dalla difficoltà a evacuare le feci: defecazione insufficiente, defecazione infrequente o irregolare, sensazione di incompleto svuotamento rettale. Da un'indagine condotta nel 2009 dalla Siucp (Società italiana unitaria di colonproctologia) in Italia circa quattro milioni di persone soffrono di stitichezza (rapporto 3 a 1 donne/uomini) e si stima che il 10 per cento circa della popolazione dei Paesi industrializzati presenti questo disturbo. È indiscusso che il malfunzionamento dell'intestino comporta un peggioramento della qualità di vita e che il fattore stipsi sia correlato a disturbi fastidiosi come malattie emorroidali, prolasso rettale, ragadi, alterazioni del pavimento pelvico eccetera. «Nel 95 per cento dei casi la stitichezza è un disturbo curabile senza l'uso di farmaci. Apportando modifiche alimentari e variando il proprio stile di vita si ha un notevole miglioramento. Solo per il restante 5 per cento si può parlare di un reale disturbo ed è necessario intervenire con l'introduzione, pure sempre temporanea, di prodotti uti-



**Due reti di farmacie che operano nel centro sud si sono unite per dare vita a un'iniziativa di informazione e prevenzione sulla stipsi. Un disturbo molto diffuso eppure spesso sottovalutato**

DI ADELE IMPERIALE, FARMACISTA

# Per sentirsi più leggeri

li a evacuare l'intestino ed eventualmente approfondire con indagini diagnostiche per definirne le cause», afferma Fabio Gaj, professore aggregato presso l'Università La Sapienza e tra i promotori della campagna. Assistiamo al consolidarsi della pessima abitudine da parte del cittadino a ricorrere all'uso indiscriminato di lassativi, senza aver consultato il medico. Di qui la necessità di non sottovalutare un disturbo, che può essere il campanello di allarme di patologie più gravi dell'apparato gastroenterico, quali il carcinoma colon rettale. Una campagna di educazione sanitaria non poteva non coinvolgere i farmacisti, primo punto di riferimento dei cittadini, soprattutto per patologie definite minori. Tutte le farmacie aderenti all'iniziativa sono state dotate di un questionario formulato in domande a risposta multipla che i

clienti hanno compilato e che ha permesso al farmacista, attraverso un semplice calcolo del punteggio finale, di valutare il reale grado di stipsi lamentata dal paziente e consigliare variazioni da apportare alla dieta, cambiamenti nello stile di vita e una eventuale visita specialistica gratuita in uno dei centri convenzionati, aderenti alla campagna. È sufficiente dire al paziente di farsi fare un'impegnativa dal proprio medico curante con la dicitura "Visita chirurgica". L'iniziativa promossa dalle due reti ha permesso, una volta di più, al farmacista di essere protagonista di una fase di screening primario, necessario per definire lo stato reale del disturbo, e di avere un ruolo decisivo di consiglio e guida per il cittadino. Nel rispetto di una professione che rivendica a pieno diritto il giusto ruolo di operatore sanitario.