



Donne obese e sesso: ricerca "sorprendente"

A volte mi chiedo che vita sarebbe se non ci fosse la ricerca medica. A metà giugno il *British Medical Journal* (2010; 340: 2573) ha pubblicato i risultati di una ricerca condotta in Francia, da cui è emerso che, rispetto alle normopeso, le donne obese (BMI maggiore di 30) hanno meno probabilità di aver avuto un partner sessuale negli ultimi dodici mesi (modo scientifico per dire che è stato più difficile trovare qualcuno con cui far sesso da un anno a questa parte). D'altra parte, sempre rispetto ai contendenti normopeso, i maschi obesi hanno meno probabilità di aver avuto più di una partner negli ultimi 12 mesi. Non so quanto sia politicamente corretta questa differenza di "end points", ma dato che responsabile dello studio è una donna, si può lasciar perdere. Secondo la ricercatrice, la causa risiederebbe nel "social stigma" che accompagna l'obesità: altro "scientifiche" per dire che le persone ciccione sono sessualmente meno coinvolgenti delle normotipo. Una cosa un po' meno ovvia emersa dallo studio è che le donne obese hanno quattro volte più gravidanze indesiderate rispetto alle normopeso. Uno dei motivi potrebbe risiedere in un'altra "sorprendente" osservazione della ricerca: le donne obese hanno una minor propensione a usare la pillola e a rivolgersi ai consultori. E così siamo riusciti a dimostrare, dati statistici alla mano, che le donne con problemi di peso sono restie a utilizzare farmaci popolarmente noti per essere "ingrassanti" e a rivolgersi a strutture dove sanno che proporanno tali farmaci. Altre spiegazioni per l'eccesso di gravidanze "indesiderate" potrebbero essere la maggior frequenza di cicli mestruali irregolari e la maggior facilità allo "sfilamento intravaginale" del preservativo, ma qui si enterebbe in dettagli diciamo troppo tecnici. Poi si potrebbe anche pensare a qualche malizia da parte di donne con scarse probabilità di "fidelizzare" il part-

ner appena acchiappato e che ricorro al figlio come ultima risorsa, ma uno studio per vagliare questa ipotesi non potrà mai ottenere il visto del comitato etico. A noi basta sapere che finalmente è stato scientificamente dimostrato che, se non si è superdotati, è più facile fare sesso con le normotipo che con le obese.

Antonio Attanasio

Medico di medicina generale
Mandello del Lario (LC)

Un decalogo per resistere al lavoro quotidiano

Una vita trentennale come Mmg mi ha dato molto come esperienza. Ho anche imparato da molte persone sagge che ho incontrato lungo la strada, ed è per questo che mi permetto di elencare alcuni punti su come andare avanti a esercitare la nostra professione in un Paese che la esautorata e la mortifica di continuo.

1. Tutti i problemi e le pressioni esterne non ci dovrebbero mai fare dimenticare la magia specifica della consultazione quando entriamo in empatia con pazienti. Questo è il nocciolo di ciò che facciamo e la soddisfazione di questa esperienza mi sostiene nei momenti più difficili.
2. Talvolta la dimensione delle emozioni che affrontiamo come medici di famiglia e le difficoltà delle situazioni con cui ci confrontiamo sono molto grandi. Potere condividere con altri colleghi fidati questa complessità può aiutare. Allo stesso tempo si deve essere disponibili con i colleghi che hanno bisogno di parlare. Ringrazio tutti quelli che mi hanno dato ascolto in questi lunghi anni.

3. Errare è umano e anche i Mmg commettono errori. Se ciò accade è cosa responsabile esaminare il caso rigorosamente, identificare gli errori di sistema e quelli personali e vedere di rettificarli.

4. Alcune giornate sono così stressanti che è difficile restare calmi e focalizzati professionalmente. Ho imparato in questi frangenti che ogni giornata negativa terminerà e generalmente la giornata successiva sarà migliore.

5. Nuove opportunità prima o poi si presentano da sé. Alcune costituiscono una svolta positiva e l'affrontare nuove esperienze e mete mantiene la vita interessante; anche se non si tradurranno in un grande successo possiamo comunque imparare a crescere.

6. Insegnare, in un modo o in un altro, costituisce un grande metodo per continuare a imparare. Inoltre ci ricorda che abbiamo da imparare sempre nel corso della vita professionale e ci fa capire ancora meglio i pazienti.

7. Dobbiamo ricordarci di quanto potenti possano essere le parole per cui dobbiamo usarle con giudizio in ogni situazione. Lo stesso giudizio o sentimento può essere espresso in numerosi modi, alcuni saranno visti in modo costruttivo dal ricevente, altri purtroppo potrebbero danneggiare la relazione, ma il rischio va corso.

8. Lavorare in armonia con i colleghi è spesso difficile quando siamo tutti sotto pressione. Quando sorgono situazioni che portano a sentimenti negativi è opportuno fare un elenco di alcune delle qualità personali degli interlocutori prima di esprimerci con forza.

9. Come difesa dallo stress è un bene avere studenti e tirocinanti attorno: il miglior supporto è il sapere e il vedere che si è in grado di trasmettere esperienza a chi dimostra anche di cercarla da noi.

10. Come sopravvivenza allo stress, consiglio piccole pause durante l'ambulatorio secondo lo stile anglosassone, staccare il telefono, non farsi sopraffare mai e poi mai dai burocrati, reagire con dignità, scegliere rappresentanti seri, essere professionali e non dimenticare, di coltivare interessi e *hobby*, pensando anche al futuro.

Francesco Carelli

Medico di medicina generale, Milano