

GINECOLOGIA

Cosa succede quando una donna ha l'incubo dei cattivi odori «intimi»

Secondo dati statunitensi il timore che i propri genitali non abbiano un buon profumo è al primo posto fra le preoccupazioni femminili sulla sfera sessuale. Ecco le buone abitudini da adottare per superare il problema e quelle cattive che sono da evitare

Elena Meli



(Getty Images)

Gli uomini si preoccupano delle proprie “dimensioni”, le donne dei propri odori. È quanto emerge da un'indagine riferita dal *New York Times* di recente, secondo cui una su tre teme che la propria vagina non abbia un buon profumo. Paure di cui di rado si parla al ginecologo, così come delle tante altre preoccupazioni legate al proprio benessere intimo, da

quelle connesse alle perdite di cui non ci si spiega il motivo ai dolori durante i rapporti sessuali: quasi sempre le donne tacciono, invece il medico può e deve essere il primo punto di riferimento per tutti i dubbi che riguardano la sfera intima femminile.

TANTE PREOCCUPAZIONI, NON SEMPRE FONDATE Niente imbarazzi, dunque, come ha spiegato Margery Gass della North American Menopause Society: «Le donne devono sentirsi a loro agio nel parlare dei loro disturbi intimi per poterli affrontare al meglio: i ginecologi non hanno alcun disagio nel trattare questi temi, su cui è bene confrontarsi senza paure». Anche quando i timori riguardano gli odori intimi: è importante informarsi e sapere, per esempio, che così come l'alito anche le secrezioni vaginali possono assumere un aroma insolito in base a ciò che si è

mangiato e, per esempio, dopo aver consumato aglio o cipolla possono conservarne un sentore. Inoltre, spesso l'odore che si avverte non deriva direttamente dalla vagina ma potrebbe arrivare dalle urine: il primo passo per capire se ciò che si sente provenga davvero dai genitali è lavarsi accuratamente con un detergente delicato e senza profumi. Quindi, se l'odore continua a sembrare inusuale, meglio chiedere consiglio al medico perché potrebbe dipendere per esempio da un'infezione vaginale. «Se ci sono sintomi che pregiudicano il benessere intimo è bene parlarne al ginecologo sottoponendosi a una visita - osserva Filippo Murina, responsabile del Servizio di Patologia Vulvare all'Ospedale Buzzi di Milano -. No alle diagnosi al telefono, no al fai da te che può essere controproducente perché può ritardare la diagnosi e il trattamento di piccoli disturbi facili da eliminare».

LE BUONE ABITUDINI (E QUELLE CATTIVE) «Le donne tendono a fare l'equazione prurito, bruciore, perdite uguale infezione: in realtà nel 30-40 per cento dei casi non è così e i disturbi dipendono da irritazioni e fenomeni cutanei. Inoltre, una perdita di muco trasparente e inodore può essere fisiologica anche se è relativamente abbondante - aggiunge Francesco De Seta della Clinica Ostetrica e Ginecologica dell'Ospedale materno-infantile Burlo Garofolo di Trieste -. Le errate convinzioni però portano molte ad auto-curarsi con antibiotici o antifungini dopo essersi diagnosticate da sole un'ipotetica infezione, ma l'uso inadeguato dei farmaci è un errore che può anche peggiorare la situazione: per questo è sempre consigliabile rivolgersi al medico per una diagnosi accurata». Il ginecologo può anche e soprattutto informare su quali siano le buone abitudini per avere non solo un buon odore nelle parti intime, ma soprattutto per scongiurare disturbi: non sono poche, infatti, le donne che hanno comportamenti "a rischio" per il proprio benessere intimo. «L'uso indiscriminato di lavande vaginali e detergenti aggressivi, per esempio, può innescare irritazioni locali fastidiose così come l'impiego di biancheria in materiali sintetici poco traspiranti, che formano un ambiente caldo-umido adatto alla proliferazione dei germi - dice De Seta -. Anche lo stile di vita attuale non aiuta: diete eccessive o che si discostino troppo dalla classica alimentazione mediterranea, protettiva anche per il benessere intimo, possono favorire la comparsa di disturbi e infezioni». «Purtroppo sono molti gli errori igienici e comportamentali delle donne - conferma Murina -. La depilazione totale, per esempio, andrebbe scoraggiata: elimina i peli che sono un elemento di difesa ed espone a sostanze irritanti. Pure seguire troppo le mode può danneggiare l'apparato genitale femminile: per non rischiare disagi, meglio scegliere biancheria di cotone bianco senza esagerare con i pizzi», conclude il ginecologo.

