



#abbraccidiprevenzione

Check-up donna

Prenota il tuo appuntamento gratuito per la salute del cuore presso il Poliambulatorio Kormed più vicino a te.




Prevenzione femminile: conoscere il proprio corpo per mantenere il benessere a ogni età

La salute femminile è il risultato di un **equilibrio** complesso che coinvolge fattori biologici, ormonali, ambientali e sociali. Durante gli anni, il corpo della donna attraversa **cambiamenti** fisiologici che si ripercuotono sul suo benessere fisico e generale: per questo è importante imparare a conoscerli.

Le donne nel corso della loro vita possono correre il rischio di sviluppare un tumore al seno, un tumore al collo dell'utero e l'osteoporosi che aumenta la possibilità di fratture ossee.

I controlli periodici consentono di monitorare lo stato di salute anche in **assenza di sintomi** e di intervenire tempestivamente quando necessario.



Programma i controlli seguendo le indicazioni mediche.

Tra i principali controlli raccomandati rientrano la **visita ginecologica** e **senologica** secondo età e fattori di rischio. Sono inoltre indicati **controlli cardiovascolari** con monitoraggio di pressione, colesterolo e glicemia. Dopo la menopausa è importante effettuare esami per la **salute ossea** e, a partire dai 50 anni, lo screening per la **prevenzione del tumore del colon retto**. Il Servizio sanitario italiano offre Programmi di screening per la prevenzione di questo tumore, così come quello del seno e del collo dell'utero.



La buona prevenzione inizia prima della comparsa di sintomi.

Molte condizioni femminili possono evolvere lentamente nel tempo: per questo è importante monitorare la salute anche in assenza di sintomi evidenti.

La **vulnerabilità** a determinate patologie può dipendere da fattori genetici, assetto ormonale, familiarità e fasi della vita come gravidanza e menopausa. A questi si aggiungono elementi legati allo **stile di vita**, tra cui sedentarietà, alimentazione squilibrata, fumo e stress prolungato, che possono aumentare il rischio nel tempo.

Prendersi cura della salute femminile significa agire su più livelli.

La **prevenzione primaria** comprende scelte quotidiane come attività fisica regolare, dieta equilibrata, astensione dal fumo e controllo del peso, fondamentali per ridurre il rischio di tumori e malattie cardiovascolari.

La **prevenzione secondaria**, invece, permette di individuare precocemente eventuali alterazioni attraverso programmi di screening e monitoraggio. Integrare questi due approcci fin da giovani consente di proteggere la salute.

Stili di vita sani riducono molti rischi per la salute.

Come fare prevenzione?



stili di vita sani

autopalpazione del seno
e visite senologiche



vaccinazioni



visite ginecologiche
regolari

check-up
oncologici



Prenota oggi il tuo check-up

A woman with long brown hair, wearing a light purple sweater, is smiling and holding a large, flowing pink ribbon. The ribbon is draped across her body and has the text "PREVENZIONE È donna" written on it in white, sans-serif font. The background is a soft, light pink gradient.

PREVENZIONE È
donna

 kormed

Kormed e la rete della salute a 360°, dove competenza e professionalità si uniscono a un approccio umano e personalizzato, mettendo sempre la persona al centro di ogni percorso di cura.

