

## Igiene intima femminile: il razionale di scelta

Dott.ssa Federica Frascani

Medico di Medicina Generale – Patologo vulvare – Medico Estetico (Roma)

Dott.ssa Federica Frascani

### Igiene intima femminile: il razionale di scelta

Corso ECM su "Menopausa e oltre, in salute: sfide e opportunità", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 16 settembre 2021

### SIntesi del video e punti chiave

La detersione giornaliera rimuove lo sporco adeso al sebo, elimina le cellule morte superficiali e riduce i germi normalmente presenti sulla pelle. E' fondamentale che i prodotti utilizzati rispettino il film idrolipidico protettivo della superficie cutanea: e questo è ancora più importante nell'igiene vulvo-vaginale, a tutte le età. Se poi la donna soffre di specifiche patologie cutanee, è indispensabile che la scelta del detergente avvenga a valle di una corretta diagnosi differenziale: solo così la detersione si può porre come alleata delle terapie farmacologiche, ed evitare di divenire essa stessa fattore di malattia.

In questo video, la dottoressa Frascani illustra:

- come i detergenti facciano parte della più ampia categoria dei cosmetici;
- che cosa si intende per "pulizia" secondo le linee guida dell'Istituto Superiore di Sanità;
- i regolamenti europei sulle caratteristiche che i detergenti devono possedere dal punto di vista della biodegradabilità e delle informazioni in etichetta;
- che cos'è l'International Nomenclature for Cosmetic Ingredients (INCI) e quali aspetti disciplina;
- da quali sostanze sono composti i detergenti;
- che cosa sono i tensioattivi, quali funzioni svolgono e quali effetti indesiderati possono provocare;
- la differenza tra biodegradabilità completa e biodegradabilità primaria;
- i due possibili tipi di detersione: per contrasto, per affinità;
- quali sostanze un buon detergente non deve contenere e quali, al contrario, devono essere presenti;
- il meccanismo d'azione dei conservanti;
- perché i parabeni sono assenti nei detergenti di qualità;
- le caratteristiche di temperatura, umidità e pH del micro-ambiente vulvare;
- le possibili conseguenze di un'igiene intima scorretta;
- l'importanza di non lavarsi più di due volte al giorno, e di risciacquare sempre i genitali dopo la detersione;
- come la scelta del detergente intimo debba tenere conto di quattro variabili fondamentali: età, stato ormonale, stili di vita, eventuali patologie;
- perché non sempre i prodotti "green", "bio" o di erboristeria sono innocui, e non sempre "naturale" significa ipoallergenico;
- aspetti specifici della detersione, in condizioni fisiologiche e patologiche, nell'infanzia, durante l'età fertile, in gravidanza e post parto, e dopo la menopausa.