

Recensione



Sulla cresta dell'onda

Rossella Nappi
Edizione:
Fabbri Editori, 2019
255 pagine

Con un approccio autorevole ma accessibile e coinvolgente Rossella Nappi fa luce su un argomento spesso trascurato e ancora controverso: che cos'è davvero la menopausa.

“È giunto il momento di pensare alla menopausa non come a un ostacolo, ma come a un'opportunità”. “E se invece la donna in menopausa acquistasse talenti nuovi proprio perché votata a vivere a lungo in uno stato di libertà?”

Da qui parte Rossella Nappi, tra le più importanti esperte italiane e mondiali in materia, per parlarci di questo passaggio cruciale nella vita di ciascuna di noi: un momento che non segna una fine ma l'inizio di una nuova vita, un cambiamento carico di stimoli e spunti per ripartire da noi stesse.

Con un approccio autorevole ma accessibile e coinvolgente fa luce su un argomento spesso trascurato e ancora controverso: che cos'è davvero la menopausa.

Come possiamo affrontarla per non perdere la serenità e non scoraggiarci, ma anzi mantenerci in salute e scoprire una nuova versione di noi stesse? Quali disagi può portare con sé e come possiamo gestirli al meglio? Quali sono i percorsi farmacologici che la medicina ci offre al giorno d'oggi e che alternative abbiamo? E cosa fare se arriva molto presto o se è legata a specifiche patologie?

Sulla cresta dell'onda è una guida esaustiva e aggiornata, uno strumento utilissimo per orientarsi nel mare in tempesta della menopausa e cavalcarne i flutti, invece di lasciarsene travolgere. Coniugando i dati scientifici raccolti in venticinque anni di ricerca con l'approccio concreto ed empatico maturato in altrettanti anni di quotidiana pratica a tu per tu con le pazienti, l'autrice ci aiuta a capire più a fondo questa fase di transizione, per affrontarla al meglio: non come una fine ma come un nuovo inizio, il punto di partenza per vivere ancora bene e a lungo.

ROSSELLA NAPPI è professore ordinario di Ginecologia e Ostetricia all'Università di Pavia ed esercita all'IRCCS Policlinico San Matteo. Ginecologa, endocrinologa e sessuologa, si occupa principalmente di menopausa, disfunzioni mestruali, infertilità e sessualità. È segretario generale dell'International Menopause Society, partecipa attivamente alla ricerca in tema di salute femminile ed è membro di numerose società scientifiche per promuovere il benessere riproduttivo delle donne di tutte le fasce di età.