

Le tue **domande** in queste pagine trovano una **risposta**
Scrivi agli esperti all'indirizzo e-mail
natural@cairoeditore.it

Donna · Famiglia · Erbe · Cucina naturale · Cucina tradizionale · Animali · Agenda

D O N N A

Seno più grande con la soia

■ Ho un seno più piccolo dell'altro. Speravo che con lo sviluppo il più piccolo crescesse, ma la differenza è rimasta: quasi due taglie di differenza! Uso reggiseni imbottiti e riempio la coppa più vuota. Spogliarmi davanti a un uomo mi è sempre stato difficile. Il mio ragazzo mi dice che gli piaccio anche così, ma io vorrei piacermi di più. Posso fare qualcosa per far sviluppare meglio il mio seno? Grazie. Patrizia.

Cara Patrizia, l'asimmetria del seno è un problema comune a molte donne. Più è evidente, più il disagio è grande ed esporsi sessualmente può diventare un problema. Ecco alcune cose importanti da sapere:

1) Le mammelle non sono mai identiche e ogni donna ha una leggera asimmetria. A volte questa diversità si manifesta subito ma può anche comparire dopo anni dall'inizio del ciclo mestruale.

2) L'asimmetria non è una malattia, ma un inconveniente estetico. Il seno più piccolo non è malato e non rischia di ammalarsi più dell'altro, anzi, di solito allatta meglio e produce più latte.

3) La terapia naturale può aiutarti con le creme a base di fitoestrogeni arricchite di luppolo e soia. Vanno spalmate ogni giorno sul seno più piccolo, massaggiando bene. Questi rimedi non possono essere presi per bocca: favorirebbero l'aumento di entrambe le mammelle e il perdurare dell'asimmetria.

4) La chirurgia plastica, se proprio non ti vedi: una piccola protesi aggiuntiva o l'inoculazione di tessuto grasso nella sede mammaria non pregiudicano futuri allattamenti.

5) Il tuo ragazzo ti apprezza come sei. La tua bellezza non è nella taglia di reggiseno: lui la vede e ti ama, cerca di vederla anche tu, qualsiasi decisione prenderai.



Di **Stefania Piloni**,
ginecologa
e omeopata

Se la verginità continua a far male

■ Dopo il primo rapporto ho perso molto sangue, sapevo che sarebbe successo. Ormai, però, è quasi un mese che ho rapporti e continuo ad avere perdite di sangue e a sentire dolore. È normale? Alessia.

Cara Alessia, la rottura dell'imene sancisce la perdita della verginità. L'imene è una piccola membrana circolare che restringe l'ingresso vaginale e che si lacera con i primi rapporti sessuali. È come una porta: ai primi rapporti si fissa a raggio di sole e queste piccole ferite creano un piccolo sanguinamento e sono responsabili del dolore che si avverte. Il tessuto che costituisce l'imene può essere morbido oppure rigido e fibroso. La perdita di sangue dovrebbe esaurirsi tra il primo e il secondo rapporto. Ci sono invece donne che continuano a soffrire e a perdere sangue: a volte un imene troppo rigido può proteggere eccessivamente l'ingresso vaginale e rendere difficile la penetrazione. Di solito le cose si risolvono da sole, con pazienza e ripetute prove. Ma se la sofferenza è troppa o i tempi si allungano, meglio andare dal ginecologo: una piccola anestesia e una correzione chirurgica eliminano in un minuto l'imene troppo ingombrante. Il bisturi apre definitivamente l'ingresso vaginale.

In gravidanza attenzione ai pesticidi!

■ L'esposizione ai pesticidi può essere pericolosa per la mamma in attesa. Queste sostanze, presenti per esempio nella frutta e nella verdura non biologiche, possono infatti alterare i livelli di ormone tiroideo durante la gravidanza. E la tiroide è una ghiandola estremamente importante nella regolazione della crescita del feto.

Questo studio, pubblicato sulla rivista *Environmental Health Perspective*, non è il primo a indicare la stretta correlazione fra esposizione ai pesticidi e danni endocrinologici nell'uomo e negli animali. Ma è fra i primi ad analizzare la popolazione delle donne gravide e dei loro bambini esposti a bassi livelli di pesticidi e mercurio.