Mal di testa 'da sesso' per mezzo milione di italiani

CuriositÃ

Inviato da : Antonio Ricci
Pubblicato il : 7/2/2025 8:30:00

Ci sono persone che simulano un mal di testa per evitare di fare l'amore. Altre che, parafrasando una frase celebre, pensano che "il sesso fa male a chi non lo fa". Eppure il mal di testa non Ã¨ sempre una scusa: l'1% della popolazione soffre davvero di una forma di cefalea legata all'attivitÃ sessuale, anche se Ã¨ 'una goccia' rispetto agli 8 milioni di italiani, soprattutto donne, che sono spesso vittime di mal di testa in generale.

Le emicranie possono essere scatenate dai fattori piÃ¹ strani: "Ne esistono circa 200 forme - spiega Piero Barbanti, direttore dell'UnitÃ cefalee all'Istituto San Raffaele Pisana di Roma - talvolta molto bizzarre come la cefalea da tosse, 'a rombo di tuono' o 'da hot dog'.

E in alcuni casi il dolore Ã¨ cosÃ¬ intenso da essere paragonabile a quello della colica renale o del parto". Sono invece quasi 500 mila le persone che sono "cosÃ¬ sfortunate da avere mal di testa in occasione dell'attivitÃ sessuale, anche se questa forma non emerge ancora pienamente" dai dati scientifici.

A esserne colpiti di piÃ¹ questa volta sono gli uomini, quasi il triplo delle donne. Di questa emicrania ne esistono due forme: una che si sviluppa prima dell'orgasmo (20% dei casi), e un'altra che si scatena proprio al momento del coito (80%).

"Il paziente deve essere rassicurato sul fatto che esistano queste forme, nella maggior parte benigne - insiste Barbanti - ma deve essere il medico a fare la diagnosi", meglio se di un Centro cefalee.

Anche perchÃ© nei casi benigni anche i dolori piÃ¹ invalidanti possono essere trattati con la terapia farmacologica. Il consiglio Ã¨ come sempre quello di rivolgersi a uno specialista, perchÃ© la cefalea venga trattata in tempo e non diventi cronica.

Ma cosa fare quando, invece, le cause sono piÃ¹ 'banali' come lo stress?

Il mal di testa, "Ã© come un allarme che suona a vuoto. Nel 75% dei casi Ã¨ lo stress che lo scatena, e in misura minore le variazioni climatiche, le variazioni ormonali nella donna o il digiuno". Per sapere quando Ã¨ il caso di rivolgersi al medico "bisogna fare attenzione se il mal di testa che si ha Ã¨ diverso da quelli avuti in passato - aggiunge l'esperto - o se si comincia ad avere frequenti mal di testa che prima non si avevano, o ancora se ci si accorge di 'sopravvivere' andando avanti ad analgesici".

Il mal di testa "giÃ conosciuto", quello che ogni tanto si ripresenta in modo identico, puÃ² essere trattato sia modificando lo stile di vita (ad esempio evitando l'alcol, il digiuno o certi cibi che scatenano l'attacco), oppure usando farmaci di automedicazione (dall'aspirina al paracetamolo).

Se perÃ² si hanno piÃ¹ di tre attacchi in un mese, se il dolore si scatena in modo improvviso o se non passa dopo 4-5 giorni di automedicazione, Ã¨ consigliabile chiedere aiuto allo specialista.Â

Â