

## **Donne: sono davvero meglio degli uomini? – Parte 1**

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

*"Gentile professoressa, con mia moglie e con gli amici mi trovo spesso a commentare certe notizie che si leggono sui giornali, secondo le quali le donne, nella nostra epoca, sarebbero nettamente migliori degli uomini: più forti, più intelligenti, più istruite, più attente alla propria salute, più capaci di affermarsi nel mondo del lavoro. Anch'io ho la sensazione che le cose stiano così, ma il mio ambito di osservazione si limita a qualche amica e qualche collega: troppo poco per trarne conclusioni di valore generale. Lei, che è una donna professionalmente capace e molto conosciuta, ha sicuramente una visuale più ampia. E allora mi dica: che cosa c'è di vero in tutto questo? Il nostro secolo, nonostante le molte discriminazioni che ancora colpiscono le donne, sarà veramente un secolo al femminile?"*

*Alessandro M. (Ascoli)*

Gentile signor Alessandro, le rispondo con molto piacere. E dato che, dopo la sua, mi è arrivata un'altra lettera dai contenuti molto simili (scritta da Valerio L. di Como), risponderò a entrambe in due diverse puntate, sperando di fornire qualche spunto di riflessione su ambiti magari poco conosciuti.

La biologia, l'educazione e l'ambiente culturale hanno sviluppato e continuano a sviluppare differenti caratteristiche nei due sessi, nel modo di vivere e di affrontare non solo le sfide personali e professionali quotidiane, ma anche il dolore e la malattia. Vediamo dunque alcune dimensioni in cui le donne, effettivamente, sembrano in vantaggio rispetto ai maschi. Mi concentrerò soprattutto sui temi della salute e delle relazioni personali: per quanto riguarda lo scottante argomento dell'autorealizzazione professionale, la rimando ai link qui sotto consigliati. Gli argomenti che toccherò sono in parte ripresi da un'intervista fattami qualche tempo dalla giornalista Valeria Ghitti, per la rivista "Viversani".

### **Le donne vivono più a lungo...**

E' un dato di fatto: in Europa, nel 2010, la vita media femminile ha raggiunto gli 80 anni, contro i 72.5 degli uomini. Ma dati positivi si riscontrano anche a livello globale: nel 2011 le donne rappresentavano il 53% degli over 50, e il 59% degli over 70. Questa marcata differenza di genere nell'aspettativa di vita non è ancora stata spiegata in termini complessivi, a causa del complesso intreccio di fattori biologici, culturali, sociali e comportamentali che governano la sopravvivenza degli individui: ma certamente le donne hanno un netto vantaggio in questo senso.

### **... e riescono a creare più facilmente stabili relazioni affettive**

Il sistema neuro-ormonale femminile è biologicamente più predisposto di quello maschile alla creazione di relazioni affettive: il merito va all'azione dell'ossitocina, l'ormone dell'attaccamento,

quello che in pratica "scrive" nel nostro cervello e nel nostro corpo chi sono le persone che ci rendono felici. L'ossitocina è più rappresentata nella donna che nell'uomo, dove invece viene espressa maggiormente la vasopressina, che ha a che fare con le relazioni di possesso. Questa capacità di creare relazioni affettive è un fattore importante contro stress, la solitudine e l'avversità della vita, e anche un fattore di longevità.

### **Il tatto, il gusto e l'olfatto delle donne sono più acuti**

Le donne usano mediamente meglio degli uomini il canale sensoriale cinestesico, che comprende tatto, olfatto e gusto: in particolare, hanno una migliore sensibilità tattile, collegata alla comunicazione corporea, e una maggiore finezza nel percepire i gusti. E in età fertile riescono a discriminare gli odori meglio dell'uomo. In generale, il sistema sensoriale e quello neuro-endocrino predispongono la donna a vivere meglio i rapporti interpersonali e affettivi, e anche la propria corporeità.

### **Le donne? Sono più empatiche**

L'empatia è la capacità di comprendere che cosa un'altra persona stia provando: una caratteristica che sembra appartenere di più all'universo femminile. Nelle donne i due emisferi cerebrali si attivano sempre contemporaneamente, qualsiasi compito stiano svolgendo, mentre negli uomini l'attivazione è separata e legata al tipo di attività: questo consente di mantenere in funzione sia la parte razionale sia quella emotiva, interpretando e gestendo le situazioni in modo più sofisticato e appropriato dei maschi.

Inoltre l'ippocampo, principale centro di controllo delle emozioni, è più sviluppato nel cervello femminile, così come l'insieme dei circuiti del linguaggio e dell'osservazione delle emozioni altrui: tutto ciò rende le donne più inclini a esprimere le proprie emozioni agli altri e maggiormente capaci di decodificare quei segnali anche non verbali che gli altri usano per esprimere il proprio sentire.

### **Attente alla salute, soprattutto altrui**

La donna, probabilmente in virtù del naturale ruolo di accudimento della prole, è mediamente più predisposta dell'uomo alle relazioni di cura: sono soprattutto mogli, madri e figlie a spingere dal medico i familiari titubanti, ad aiutarli nel seguire le terapie, a sostenerli durante le visite di controllo.

Non pare, però, che le donne rivolgano la stessa attenzione alla propria salute, fatta eccezione per le problematiche dell'apparato riproduttivo. In questo gioca un ruolo importante la cultura e il fatto stesso che nella storia medica la donna abbia a lungo ricevuto attenzione solo in gravidanza, condizione non a caso definita "stato interessante", come se al di fuori di quei nove mesi l'organismo femminile non meritasse studio e cura.

Per oggi la nostra analisi si ferma qui: l'appuntamento è per la prossima puntata!