Comunicato stampa

"I MAL DI TESTA TOGLITELI DALLA TESTA": UNA NUOVA CAMPAGNA D'INFORMAZIONE E SENSIBILIZZAZIONE SU UN DISTURBO CHE COLPISCE OLTRE LA METÀ DEGLI ITALIANI

- ***L'indagine di GfK Eurisko rivela che i mal di testa non sono tutti uguali e a soffrirne sono 27 milioni di italiani. Gli episodi si verificano in media 2 volte al mese, per lo più in situazioni stressanti o impegnative. Ma il disturbo viene spesso sottovalutato, non gestito o trattato impropriamente***
- ***Una nuova applicazione, iMalditesta, nasce con l'obiettivo di monitorare il proprio mal di testa, per conoscerlo meglio e individuare i fattori scatenanti correlati ad abitudini e stili di vita***

Milano, 11 maggio 2016 – Un disturbo molto diffuso, con ripercussioni significative sul benessere e la qualità di vita, non gestito né trattato correttamente perché considerato "normale". Parliamo del mal di testa e delle conclusioni tratte dall'incontro di presentazione de "**I mal di testa togliteli dalla testa**", la campagna di informazione e sensibilizzazione **promossa da Angelini con il contributo scientifico di ANIRCEF**, l'Associazione Neurologica Italiana per la Ricerca sulle Cefalee, avvenuto oggi a Milano.

Un incontro che ha messo in luce la grande **incidenza del mal di testa nel nostro Paese**: l'indagine condotta da GfK Eurisko[1] su diffusione, gestione e trattamento del disturbo, rivela che **27 milioni di italiani**, il **55% della popolazione**, ne soffre con una **frequenza in media di 2 volte al mese**, con episodi di **durata da 5 a 10 ore**. Tra le cause associate al mal di testa emergono principalmente fattori legati allo stile di vita (28%) - tensione, stanchezza fisica, bassa qualità del sonno, molte ore al computer - e allo stress (42%), seguiti da altri disturbi scatenanti come dolore e tensione muscolare alla zona cervicale (29%) e il ciclo mestruale per le donne (22%).

"*Emerge un sentimento di rassegnazione, molto comune tra gli intervistati, che porta ad accettare il mal di testa come un compagno periodico della propria quotidianità, un fatto "normale" e abitudinario che, infatti, viene spesso sottovalutato o affrontato in maniera tardiva*" - commenta **Isabella Cecchini**, Responsabile Area Salute di GfK Eurisko. "*Una persona su quattro ha dichiarato di non agire in alcun modo sul proprio disturbo e anche chi decide di ricorrere ai farmaci, nel 50% dei casi tarda ad assumerli in attesa che passi da solo. Solo il 34%, di fatto, interviene sempre in automedicazione per curare il dolore*".

Un quadro di sofferenza e scorretta gestione che impatta negativamente sia sul benessere generale sia sulla qualità di vita, sulle performance professionali e sulle relazioni sociali e può contribuire al peggioramento del mal di testa stesso, portandolo da episodio sporadico a condizione cronica.

---

[1] I*ndagine GfK Eurisko sulla sofferenza del mal di testa e la gestione del disturbo, condotta per Angelini nell'aprile 2016 su un campione di 7.500 italiani dai 18 anni in su*

"*La cefalea è uno dei sintomi più diffusi nella popolazione, eppure poco conosciuto nelle sue tante sfaccettature. I mal di testa non sono tutti uguali, hanno caratteristiche e fattori scatenanti differenti. La mancanza di una corretta informazione sul disturbo è la principale causa dell'adozione di comportamenti e trattamenti impropri, che non solo non curano il mal di testa ma possono addirittura peggiorarlo se non si agisce tempestivamente al primo sintomo*" spiega il **Prof. Pietro Cortelli**, Presidente di ANIRCEF. "*Dall'osservazione dei dati e dall'esperienza clinica, abbiamo capito che è necessario creare una "cultura" del mal di testa. È quello che vogliamo fare con questa campagna: fare informazione sul tema, dare indicazioni e strumenti concreti per aiutare chi soffre di mal di testa a conoscere il proprio disturbo, le cause e le correlazioni con lo stile di vita, per individuare il trattamento migliore, intervenendo già in automedicazione".*

Acquisire consapevolezza del proprio mal di testa è quindi il primo importante passo verso un approccio responsabile e corretto nella sua gestione e, per farlo, è necessario tenerne sotto controllo sintomi e caratteristiche.
Precisamente per questo scopo è stata creata **l'applicazione iMalditesta**, da oggi disponibile gratuitamente per iOS e Android. Uno strumento semplice, sempre a portata di mano ed efficace per monitorare l'insorgenza e l'andamento degli episodi di mal di testa: grazie alla compilazione del diario del mal di testa, infatti, l'*app* registra informazioni utili come l'ora di inizio e fine dell'episodio, il possibile intervento di fattori o condizioni importanti – dallo stress alla qualità del sonno, all'attività fisica, all' assunzione di alimenti particolari – ma anche l'intensità dei sintomi e l'effetto di eventuali rimedi e soluzioni. Una raccolta di dati e statistiche che offre una panoramica da condividere anche con il proprio medico e lo specialista per isolarne le cause ed effettuare una valutazione diagnostica e terapeutica più approfondita.

La *app* iMalditesta non è l'unico strumento messo in campo da questa campagna che vuole coniugare modalità di comunicazione e coinvolgimento differenti. È prevista infatti l'attivazione di una selezione di farmacie su tutto il territorio nazionale nelle quali, oltre alla specifica consulenza del farmacista, saranno disponibili materiali informativi creati ad hoc da Angelini. Un insieme di strumenti completato dal portale www.imalditesta.it, facile da navigare e che parla un linguaggio semplice, dove approfondire il tema e leggere i consigli degli esperti in merito alla gestione dei mal di testa.

"*Questa campagna sviluppata in collaborazione con ANIRCEF è solo l'inizio di un percorso che abbiamo deciso di intraprendere. Il nostro obiettivo è aiutare chi soffre di mal di testa, non solo con soluzioni terapeutiche adeguate, ma anche attraverso informazioni chiare ed accessibili a tutti, in linea con l'impegno di Angelini a promuovere un uso responsabile dei farmaci ed una corretta gestione dei sintomi"* - spiega **Maurizio Chirieleison**, General Manager Consumer Healthcare Angelini. *"Focalizzare l'attenzione sulle proprie abitudini e stili di vita contribuirà a limitare l'insorgere del mal di testa ma anche a migliorare il benessere generale e la qualità di vita di coloro che ne soffrono".*

Per informazioni:
Edelman:
Valeria Riccobono – valeria.riccobono@edelman.com – 337.1068179
Dania Copertino – dania.copertino@edelman.com – 02.63.11.6299