

Comunicato stampa.

Mal di pancia: un disturbo comune, ma poco compreso. Nasce ‘Capire la Pancia’.

Milano, 6 maggio 2026 - È uno dei disturbi più diffusi, ma anche uno dei meno compresi. **Il mal di pancia riguarda oltre 9 italiani su 10, ma più della metà delle persone non si sente sicura nel gestirlo in autonomia.** È quanto emerge da una survey condotta da SIFAC – Società Italiana di Farmacia Clinica, che evidenzia un bisogno crescente di orientamento nel self-care.

Un quadro che racconta molto del rapporto degli italiani con il self-care: si cercano risposte – spesso online come dimostrano le circa 55.000¹ ricerche medie mensili su Google legate al mal di pancia registrate in Italia negli ultimi sei mesi – e si interviene rapidamente, ma senza avere davvero gli strumenti per interpretare correttamente i sintomi.

La survey, condotta nelle farmacie del territorio nazionale su 406 adulti, restituisce l’immagine di un disturbo estremamente frequente, ma caratterizzato da forte incertezza. **Oltre il 93% degli intervistati dichiara di aver avuto almeno un episodio nell’ultimo anno, circa 4 su 10 soffrono di episodi ricorrenti e per più di un terzo il problema impatta sulla qualità della vita.** Eppure, nonostante la diffusione, manca spesso una reale capacità di lettura e gestione del sintomo.

Il punto è che quando si parla di “mal di pancia” non ci si riferisce a una condizione unica, ma ad un contenitore che racchiude esperienze molto diverse. Dolore crampiforme, gonfiore, diarrea, bruciore gastrico: sintomi differenti che le persone faticano a distinguere e interpretare correttamente in autonomia. Anche le cause percepite riflettono questa complessità, tra alimentazione e stress, spesso intrecciati tra loro.

È proprio da questa distanza tra percezione e reale comprensione che nasce **“Capire la Pancia”**, il progetto sviluppato da SIFAC con il contributo non condizionante di Opella, con l’obiettivo di migliorare la gestione dei disturbi gastrointestinali e rafforzare il ruolo della farmacia come punto di riferimento nel self-care. **Il progetto interviene in un’area ancora priva di linee guida condivise per la farmacia, con l’ambizione di colmare un vuoto concreto nella gestione di un disturbo estremamente diffuso e di generare un impatto positivo sulla salute collettiva.**

Professor Corrado Giua, Presidente SIFAC.

“Il mal di pancia è uno di quei disturbi che tutti pensano di conoscere, ma che in realtà richiede una lettura attenta, perché dietro una definizione apparentemente semplice possono esserci condizioni cliniche molto diverse tra loro. Il farmacista diventa quindi una figura chiave per aiutare il paziente a interpretare il sintomo e orientarlo correttamente nell’individuazione dell’approccio terapeutico o, quando necessario, nell’invio al medico.”

Il dato più significativo riguarda proprio il comportamento: **se circa il 90% delle persone dichiara di intervenire in autonomia – tra farmaci, rimedi o modifiche dello stile di vita – oltre la metà non si sente realmente sicura delle proprie scelte.** Un elemento che evidenzia un bisogno crescente di orientamento, oltre che di sollievo immediato.

Dottorssa Carolina Carosio, Farmacista clinica e Ricercatrice SIFAC

“Le persone gestiscono il mal di pancia spesso in autonomia, ma senza sentirsi davvero sicure. Le persone agiscono, ma non sempre con piena comprensione dei sintomi. La velocità della risposta spesso prevale sulla correttezza della

¹ Google Keyword Planner – periodo di analisi novembre 2025 – aprile 2026

scelta, dunque risulta fondamentale il ruolo del farmacista: capire perché un disturbo si manifesta, come prevenirlo e quando è necessario rivolgersi al medico.”

In questo scenario, la farmacia di comunità si conferma un presidio strategico di prossimità, in grado di intercettare il bisogno e accompagnare il cittadino verso scelte più consapevoli.

Il progetto “Capire la Pancia” si traduce infatti in un programma concreto di supporto ai farmacisti: **protocolli di consiglio scientificamente validati, algoritmi decisionali e strumenti per migliorare il dialogo con il paziente**. A partire da giugno, l’iniziativa coinvolgerà circa 20.000 farmacisti su tutto il territorio nazionale, attraverso attività formative.

Maria Chiara Uboldi, Scientific Affairs Head di Opella Healthcare Italy

“Il self-care oggi non può più prescindere dalla consapevolezza. Da questa convinzione nasce il nostro impegno, come leader di categoria nella gestione dei principali disturbi gastrointestinali in automedicazione, nel promuovere l’alfabetizzazione sanitaria e una cultura della gestione consapevole della propria salute. ‘Capire la Pancia’ si pone l’obiettivo di offrire strumenti concreti e validati a supporto di farmacisti, rafforzando il loro ruolo di orientamento e supportando i cittadini nella gestione consapevole dei propri sintomi.”

Con l’obiettivo di rendere il self-care semplice, accessibile e informato, l’iniziativa si ispira alla mission di Opella, *Health in your hands. By making self-care as simple as it should be*, e si inserisce nel contesto del benessere gastrointestinale, dove l’azienda è un punto di riferimento grazie a un ecosistema completo di soluzioni – Enterogermina, Maalox, Dulco, Buscopan – per il tratto gastrointestinale.

About Opella.

Opella è un’azienda innovativa nel settore del self-care, terza a livello globale nel mercato dei medicinali senza obbligo di prescrizione (OTC) e integratori alimentari. La nostra missione è mettere la salute nelle mani delle persone, rendendo il self-care semplice come dovrebbe essere per oltre mezzo miliardo di consumatori in tutto il mondo.

Al centro di questa missione ci sono più di 100 brand amati dai consumatori, un team globale di 11.000 collaboratori, 13 siti di produzione all’avanguardia e quattro centri specializzati in scienza e innovazione. Con sede in Francia, Opella è l’azienda che entra nelle case degli italiani attraverso brand riconosciuti come Bisolvon, Dulcolax, Enterogermina, Maalox, Mag. Siamo un’azienda certificata B Corp a livello globale, e ci attiviamo per promuovere un futuro più sano per le persone e per il pianeta. Scopri di più sulla nostra missione su www.opella.com.

About SIFAC – Società Italiana Farmacia Clinica.

SIFAC si pone come punto di riferimento e guida scientifica nel supporto alla professione del farmacista. Grazie a un consolidato rigore metodologico e all’autorevolezza dei propri contenuti, la Società garantisce che la ricerca scientifica si traduca sempre in un’applicazione pratica e immediata nella farmacia di comunità.

Contatti ufficio stampa

Opella Healthcare Italy - Luisa Barba. luisa.barba@opella.com +39 348 262 3243.

Weber Shandwick Italia - Elisa Franchi. efranchi@webershandwickitalia.it +39 335 717 3967.

- Simona Dondina. sdondina@webershandwickitalia.it +39 349 4570688.

- Chiara Stucchi. cstucchi@webershandwickitalia.it +39 334 6969275.

Tutti i marchi menzionati in questo comunicato stampa sono di proprietà di Opella.