

Poste Italiane S.p.a. - Spedizione in abbonamento postale. D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) Art. 1, comma 1, D.C.B. Firenze 2 Anno III numero 1 giugno 2011. € 0,26

SORRISI & SALUTE

PERIODICO PER IL BENESSERE DELLA FAMIGLIA

1/ESTETE 2011



IMPLANTOLOGIA

CHIRURGIA GUIDATA
IL PROGRESSO DEL DECENNIO



FOCUS

APRI LA BOCCA
E APRI GLI OCCHI

Articolo anche su

Iris
COMPAGNIA ODONTOIATRICA
ITALIANA

www.compagniairis.it

PREVENZIONE
COME ELISIR
DI LUNGA VITA

IN TOSCANA UN PIANO INTEGRATO PER SANITÀ E SOCIALE



Assessore regionale al diritto
alla salute Daniela Scaramuccia



Assessore regionale al diritto
sociale Salvatore Allocca

La nostra rivista, come ormai avrete avuto modo di verificare, punta direttamente alla salute, quindi anche in questo numero affrontiamo argomenti di grande interesse generale. In questi mesi ha preso l'avvio il percorso sanitario, integrato della Regione Toscana, per la prima volta, del Piano 2011-2015 che sarà focalizzato sul diritto alla salute della persona e partirà dalle indicazioni dei cittadini.

Nella presentazione della fase di avvio della redazione del nuovo Piano – i cui lavori si concluderanno ad ottobre – gli assessori regionali al diritto alla salute Daniela Scaramuccia e al sociale Salvatore Allocca hanno spiegato come gli studi condotti negli anni passati abbiano dimostrato che i comportamenti adottati e le disuguaglianze sociali, culturali, economiche incidano sul livello di salute delle persone. Per garantire, quindi, un accesso che sia realmente equo gli assessori sostengono che è importante prima analizzare i comportamenti in tutte le loro caratteristiche, ed essere poi in grado di promuovere azioni che possano aiutare le persone a modificare quelli che sono nocivi alla salute. “Comporre oggi un piano quinquennale che definisca in dettaglio linee strategiche, obiettivi ed azioni dell'intervento sociale è un'impresa tanto ardua quanto necessaria – dice l'assessore Salvatore Allocca –.

“

**IL NUOVO PIANO
CI ACCOMPAGNERÀ
PER IL PROSSIMO
QUINQUENNIO**

”

Ardua per le rapide trasformazioni in atto sia sul piano istituzionale che socio economico e necessaria al fine di dotarsi di strumenti capaci di cogliere, in un'ottica di maggiore efficacia ed efficienza del sistema le profonde e molteplici relazioni orizzontali che collegano i diversi ambiti delle politiche pubbliche a partire da quelle sanitarie e sociali”.

Da una valutazione realizzata dallo Studio Longitudinale Toscana (SLTo) che ha seguito dal 1981 al 2005 i residenti dei comuni di Firenze, Livorno e Prato emerge che in Toscana l'impatto delle disuguaglianze è stato stimato in circa 70-110 decessi per centomila persone per anno, attribuibili al differenziale di livello di istruzione. La Giunta è impegnata a presentare almeno ogni tre anni al Consiglio regionale documenti di monitoraggio e valutazione che descrivono gli stati di realizzazione e i risultati dell'attuazione dei piani e programmi contenuti nel PISR. In particolare riferiti alla valutazione di impatto, con l'analisi del fabbisogno sociale, delle risorse disponibili, dello studio di fattibilità degli interventi; il monitoraggio “in itinere” dello stato di attuazione dei piani di zona, sulla base di indicatori e parametri; la valutazione consuntiva di periodo, relativa agli obiettivi perseguiti, alla qualità degli interventi e alla sostenibilità economica degli stessi.

**SORRISI
& SALUTE**

Reg. Trib. di Firenze n° 5672
del 11/09/2008

Editore
EDIMEDIA srl
Via Volturmo 10/12 A - 50019 Sesto F.no
tel. 055340811 - fax 055340814

Direttore Responsabile
Carla Francone

Direttore Scientifico
dott. Cesare Paoleschi

Hanno collaborato a questo numero
dott. ssa Maria Rosaria Di Troia

Stampa Industria Grafica Valdarnese

Tiratura 20.000 copie
© copyright 2008 Tutti i diritti riservati

PICCOLI MIRACOLI

Dopo tanto freddo e neve (memorabile resta la data del 17 dicembre 2010!) la bella stagione è arrivata, tanto desiderata ma non per tutti. Molti non possono beneficiare dello sbocciare dei fiori, tornare a prendere il sole o fare un picnic sui prati. Sono le persone sensibili ai pollini e alle muffe costrette a cure e a vaccini.

Il periodo attuale, però, oltre che il bel tempo, ci ha portato delle novità. La rivoluzione tra i medici di famiglia che dal 1° febbraio scorso devono trasmettere i certificati di malattia dei loro pazienti esclusivamente on line attraverso un sistema centralizzato e computerizzato che invia i dati direttamente all'Inps. Perciò niente più carte portate a mano o spedite per raccomandata dall'ammalato al proprio datore di lavoro, tutto si svolge in maniera digitale anche se l'inizio ha segnato qualche problema.

Altra innovazione, dall'11 marzo, è la possibilità di eseguire i test del sangue in farmacia. Nelle farmacie territoriali, pubbliche e private, possono essere eseguiti test autodiagnostici come: - analisi del sangue (non con il prelievo, ma prelevando qualche goccia dal polpastrello) per misurare emoglobina, emoglobina glicata, creatinina, transaminasi, ematocrito, esame delle urine e delle feci, test di gravidanza, test di menopausa e ovulazione, della glicemia, spirometria e, ovviamente la misurazione della pressione già possibile da tempo.

Da metà aprile l'Agenzia italiana del farmaco ha tagliato il prezzo dei farmaci generici fuori brevetto in modo da riequilibrarli rispet-

to a quelli europei, con limature ai listini fino al 40%. La misura, che riguarda circa 4.200 prodotti, porterà un risparmio per lo Stato di 830 milioni di euro all'anno. È tempo anche di denunce dei redditi e per queste non esiste alcun vaccino, ma qualche buona notizia sì. Per quanto riguarda le spese sanitarie sono molte le detrazioni del 19%: da quelle mediche e di assistenza specifica, alle chirurgiche; dalle prestazioni specialistiche alle protesi sanitarie in genere; dalle indagini di diagnosi prenatale agli

esami di laboratorio; dalla ginnastica correttiva e per la riabilitazione alle sedute di fisioterapia alle lenti a contatto e liquidi e occhiali da vista

(escluse le montature realizzate con metalli preziosi); dagli apparecchi auditivi per non udenti a quelli ortopedici e per l'aerosol; dalla dialisi alle spese medicinali ecc.

Detraibili anche le spese per le cure, le protesi dentarie, gli apparecchi correttivi di malformazioni dentarie o di difetti della masticazione. Nella categoria di "protesi sanitaria", è compreso l'acquisto della parrucca considerata correzione di un danno estetico conseguente alla menomazione patologica, nonché funzione di supporto al danno psicologico a seguito di una grave forma tumorale e del conseguente ciclo chemioterapico con relativa perdita di capelli. Non sono invece detraibili le spese di trasporto in ambulanza.

Da ricordare che è possibile dedurre le ricevute mediche anche se prive di bollo. L'imposta è solo un onere accessorio anche in caso di visita specialistica.



**INNOVAZIONI
IN MATERIA
SANITARIA CHE
ALLEGGERISCONO
LA VITA**



FIDARSI DEI FARMACI EQUIVALENTI

Il farmaco equivalente, sia da banco (acquistabile liberamente), sia prescrivibile (acquistabile solo con ricetta medica) è la "copia" di una specialità medicinale registrata, quindi deve avere lo stesso principio attivo, la medesima dose e forma farmaceutica, la stessa via di somministrazione e le stesse indicazioni terapeutiche. Per queste caratteristiche il farmaco equivalente è sicuro ed efficace, solo che - a differenza delle specialità medicinali - non ha un nome di fantasia (il marchio registrato), ma è commercializzato con il nome comune del principio attivo.

I principi attivi utilizzabili per i farmaci equivalenti sono quelli il cui brevetto è scaduto. In Europa la copertura brevettuale dura 20 anni, estendibile di altri 5 anni con l'SPC (Supplementary Protection Certificate) istituito nel 1992. In Italia, invece, fino al 1992 era in vigore il CPC (Certificato di Protezione Complementare) grazie al quale il periodo di monopolio totale poteva raggiungere anche i 18 anni. Questo certificato protettivo complementare rappresenta una delle cause che hanno frenato lo sviluppo dei farmaci generici in Italia e di conseguenza la loro utilizzazione nonostante il prezzo ridotto.





SORRIDI AD OGNI ETÀ

Le Novità riguardano anche i portatori di dentiera. Per loro esistono i mini-impianti. Con una procedura che dura meno di un'ora i mini-impianti possono essere inseriti nell'osso, in genere senza incidere le gengive, con una semplice puntura di anestetico locale. Anche la vecchia dentiera può essere posizionata grazie a piccoli attacchi che contengono un o-ring, rendendola stabile in modo da evitare alla persona tutti i problemi imbarazzanti e noiosi di una dentiera mobile. Una procedura che ha un costo molto inferiore rispetto a quello dell'ancoraggio della dentiera sugli impianti convenzionali e le controindicazioni sono molto scarse.

CHIRURGIA IL PROG DEL DEC

L'odontoiatria si è sempre posta come obiettivo principale quello di fornire denti belli e subito funzionali. Nell'avanzare della ricerca ora si punta su un rivoluzionario sistema di pianificazione del trattamento e di implementazione chirurgica che consente di ottenere risultati tecnici ed estetici senza precedenti.

Parliamo di chirurgia guidata, il posizionamento simultaneo di impianto che consente di trasferire la pianificazione extraorale in bocca con fa-

cilità e precisione ineguagliabili perché è una procedura minimamente invasiva senza lembo.

È un sistema potente e piuttosto semplice, riduce notevolmente il dolore e il gonfiore rispetto ai trattamenti tradizionali e permette di posizionare contemporaneamente corona e ponte protesico, anche in caso di edentulia, mancanza di elementi dentari. Il software prepara ed assiste la riabilitazione impiantare, che può essere parziale o totale: protesi singo-



**PROTESI
DENTARIE SENZA
BISTURI**



INNOVAZIONE TECNICA

I dettagli dal dott. Cesare Paoleschi



dott. Cesare Paoleschi
Direttore Sanitario Iris
Compagnia Odontoiatrica

Abbiamo chiesto al dott. Cesare Paoleschi, direttore sanitario di Iris Compagnia Odontoiatrica, di approfondire i dettagli ed i vantaggi della chirurgia guidata.

Dott. Paoleschi come funziona l'innovativo sistema?

È proprio grazie alla chirurgia guidata che oggi è possibile pianificare con assoluta precisione l'intervento stabilito. Questo perché tutte le informazioni fornite in primo luogo dalla Tac sono elaborate con uno speciale software che permette di eseguire in modo virtuale l'intervento previsto programmando nel minimo dettaglio ogni singola fase. E, soprattutto, l'elaborazione grafica computerizzata è in grado di preve-

dere e, quindi, prevenire eventuali difficoltà che potrebbero sorgere, anticipando di conseguenza le soluzioni.

Ma come si passa dall'elaborazione all'intervento?

Sulla base delle elaborazioni grafiche è il laboratorio a realizzare la vera e propria guida chirurgica, un modello che al momento dell'intervento reale viene inserito nella cavità orale del paziente permettendo di fissare gli impianti nella posizione perfetta.

È già un bel vantaggio, ce ne sono altri?

Come ho detto fondamentale è la posizione perfetta che, insieme all'abilità manuale sviluppata dal chi-

GUIDATA RESSO ENNIO

le, multiple o arcata completa, con tempi chirurgici estremamente brevi, compresa la soluzione **All on 4**.

Il progetto è innovativo e all'avanguardia nel settore dentale, appunto, perché unisce l'odontoiatria impiantare con il digitale, ossia a guida del computer e non richiede tagli chirurgici né punti di sutura. I laboratori producono una mascherina chirurgica in grado di guidare la procedura senza lembo dall'inizio e fino al completo e perfetto posizionamento dell'impianto.



**NON RICHIEDE TAGLI
CHIRURGICI NÉ PUNTI
DI SUTURA**



È un vero progresso che in questo lavoro vede la stretta ed efficiente collaborazione di équipe tra dentista, radiologo e laboratorio. Con un minimo di anestesia il paziente è riabilitato velocemente, in sicurezza e in totale comfort senza ematomi o gonfiore, ma con risultati migliori di qualsiasi altro tipo di intervento. E non è di secondaria importanza il fatto che con l'uso della chirurgia guidata riduce sia il numero degli appuntamenti, sia i tempi delle sedute.

urgo in tanti anni di esperienza, ottiene un grado mai raggiunto. Il modello indica i siti esatti dove inserire gli impianti direttamente nella gengiva evitando tagli e punti, ed immediatamente si procede ad avvitarli i denti. Il tutto in una sola ora di seduta.

Lei sostiene che la guida chirurgica è rapida e prevedibile in ogni particolare, cosa succede nella fase successiva?

Confermo che l'intervento è estremamente rapido e prevedibile in ogni minimo particolare. Nella fase postoperatoria il paziente ha davvero pochi problemi. I tipici fastidi come gonfiore, febbre o dolore, inevitabili per ogni tipo di intervento chirurgico sono praticamente eliminati proprio grazie alla sofisticata pianificazione di cui abbiamo parlato.

Ci sono limiti per ricorrere a questa tecnica?

Si può utilizzare la chirurgia guidata per sostituire un dente o più denti mancanti. Però è soprattutto nei casi più gravi quando si deve sostituire un'arcata dentaria intera che si riscontrano i benefici più evidenti.

Dottore, lei prima ha accennato alla manualità del chirurgo ma questo tipo di tecnica implica altri professionisti?

La collaborazione del team è indispensabile perché è vero che si riduce il tempo di lavoro sul paziente, ma l'attività di programmazione che richiede questa tecnica così sofisticata richiede la collaborazione e un lavoro di équipe precedente, mentre il paziente è a casa, notevole.

CHIRURGIA GUIDATA

Indicazioni e soluzioni

È un concetto di trattamento completo adatto per tutte le indicazioni.

Software

Il software per la chirurgia guidata agevola la fase di pianificazione delle soluzioni di trattamento.

Caratteristiche e vantaggi

È possibile sfruttare la potenza di una tecnologia fondamentale per migliorare la pratica dentale e le strategie di trattamento.



Chirurgia senza lembo con soluzione All-on-4, realizzata attraverso la chirurgia guidata

www.compagniairis.it

**LA SALUTE
DELLA TUA BOCCA...
È ANCHE ON LINE!**

Iris

dentisti di famiglia

165 giorni l'anno

VIDEO

La tua salute online e quella della tua famiglia è anche on line: cosa aspetti, visita il sito

www.compagniairis.it



RISCHIO CARDIOVASCOLARE E SCARSA IGIENE DENTALE

La patologia cardiovascolare intesa come infarto miocardio e angina pectoris, rappresenta nei paesi occidentali e industrializzati la causa più frequente di morte, nonostante i progressi diagnostici e terapeutici.

La causa più comune di malattia cardiovascolare è l'arteriosclerosi, patologia complessa e multifattoriale che vede in gioco numerosi fattori di rischio, fra cui i più comuni sono: il fumo di sigaretta, il profilo lipidico, l'ipertensione arteriosa, il diabete mellito, l'obesità, la sedentarietà e la mancanza di esercizio fisico, il sesso e l'età.

A questo punto mi preme definire da un punto di vista epidemiologico cos'è un fattore di rischio: per "Fattore di rischio si intende una caratteristica o aspetto di un individuo o di una popolazione che è presente all'inizio della vita ed è associato ad un aumentato rischio di sviluppare una patologia futura. Il fattore di rischio in causa può essere un comportamento acquisito (ad esempio il fumo di sigaretta), un tratto ereditario (iperlipemia familiare), un esame di laboratorio (colesterolo,

proteina C reattiva). Affinché un fattore di rischio si possa ritenere causale, deve precedere l'insorgenza della malattia e avere una plausibilità biologica" (Braunwald 2005).

Nelle ultime due decadi numerosi studi hanno messo in evidenza un ruolo importante dell'infiammazione nel processo dell'arteriosclerosi, in particolare modo l'associazione tra un'infiammazione cronica e un alto rischio cardiovascolare.

Una causa molto comune di infiammazione cronica è l'infezione orale data dalla patologia parodontale, numerosi studi osservazionali ed epidemiologici hanno valutato questa correlazione utilizzando marker biologici dell'infiammazione quali la proteina C reattiva e il fibrinogeno.

Uno studio condotto in Scozia e pubblicato sul BMJ a maggio 2010, durato otto anni, ha valutato dalla raccolta anamnestica, tutti i fattori di rischio cardiovascolari e il rapporto che si ha con il dentista (quante visite all'anno per la pulizia dei denti) e l'igiene orale quotidiana, è emerso che i soggetti che lavavano i denti almeno due volte al giorno presentavano un rischio cardiovascolare più basso rispetto ai soggetti che curavano meno la propria igiene dentale.

Quindi la scarsa igiene dentale è la principale causa di infezione parodontale con conseguente infiammazione cronica del tessuto circostante i denti,

che spesso esita in una risposta infiammatoria sistemica dimostrabile, come già detto, con un aumento della Proteina C reattiva e del fibrinogeno. Inoltre esistono dei batteri causa di infezione parodontale che sono stati trovati nelle placche aterosclerotiche (ad esempio il *Porphyromonas gingivalis*). In questo senso l'infezione parodontale prima e la successiva infiammazio-

ne potrebbero rappresentare un forte legame fra la salute della bocca e quella del cuore e comunque di tutto il sistema vascolare. L'associazione fra queste due patologie ha

posto, dunque, l'attenzione sull'importanza della prevenzione cardiovascolare intesa, in questo caso, come cura dell'igiene orale e cura dentale.

Un ulteriore studio (Invasive Dental Treatment and Risk for Vascular Events pubblicato su *Ann Intern Med.* 2010) ha inoltre dimostrato che nei soggetti ai quali era stata praticata un'estrazione dentaria o altri tipi di interventi odontoiatrici, in assenza di protezione antibiotica, presentavano un aumentato rischio di infarto miocardio e ictus nelle prime quattro settimane successive al trattamento rispetto ai non trattati

Concluderei esortando dunque a curare maggiormente la propria igiene dentale anche con periodici controlli presso il nostro dentista, al fine di ridurre la possibilità di andare incontro a quella spiacevole esperienza rappresentata dalla malattia cardiovascolare.



**NELLE PLACCHE
ATEROSCLEROTICHE
SONO STATI TROVATI
DEI BATTERI
CAUSA DI INFEZIONE
PARODONTALE**



dott.ssa Maria Rosaria Di Troia
Specialista in cardiologia - ASL 4 Prato
Mariasaria.ditroia@gmail.com - cell. 333 7392593

UNA MINIERA DI VITAMINE



Con l'arrivo della stagione estiva si riscopre il piacere di gustare piatti semplici e freschi, spesso a base di verdure e frutta. Sono alimenti assai preziosi, ricchi di acqua, sali minerali, fibra, zuccheri e fonti inesauribili di vitamine. E, soprattutto, svolgono

un'azione protettiva, grazie alle vitamine C, A ed E, nei confronti dei danni provocati dai processi di ossidazione, assicurando un effetto preventivo nell'insorgenza di talune tipologie tumorali, specie di quelle a carico dell'apparato digerente.

Il ruolo della vitamina C è legato alla capacità di ridurre la trasformazione di alcuni composti chimici, quali nitriti e nitrati, nelle temibili nitrosamine, in grado di favorire alcune importanti cancerogenesi. Questa vitamina è presente un po'

in tutti gli alimenti vegetali freschi ma soprattutto in agrumi, kiwi, albicocche, fragole, lamponi ed anche in peperoni, cavoli, spinaci, piselli, cetrioli e fagiolini. La vitamina C è facilmente disattivata dal calore e dalla luce solare e, quindi,

la sua assunzione è facilitata dal consumo di alimenti freschi e crudi. La dose giornaliera raccomandata è di 60 mg (un'arancia ne contiene circa 40) ma il maggior effetto protettivo è assicurato da dosi assai superiori (circa 200 mg al giorno).

Per quanto riguarda la vitamina A, da tempo ne è stato riconosciuto l'effetto protettivo su pelle, mucose, retina e sistema immunitario. Il suo precursore chimico, il carotene, viene trasformato in vitamina A attiva una volta giunto nell'intestino. È presente in quantità anche elevate

nei vegetali come albicocche, pesche, kaki, meloni, banane ma anche in peperoni, zucca gialla, pomodori, lattuga, spinaci. Per la vitamina A, assunta anche con alimenti animali in forma di retinolo (fegato, pesce, formaggi e uova), è previsto un fabbisogno giornaliero di 0.6 mg.

La vitamina E è un nutriente antiossidante essenziale per il mantenimento della integrità delle membrane cellulari. Le fonti principali sono rappresentate dagli oli vegetali, germe di grano, semi oleosi, verdura a foglia verde e mandorle. Al pari della A, anche questa vitamina non è disattivata dal calore. Il fabbisogno giornaliero è calcolato in circa 8 mg. La natura ci offre prodotti preziosi su cui contare. Ci sono molti che pensano di poter assicurare all'organismo l'effetto protettivo delle vitamine naturali contenute in frutta e verdure, attraverso l'assunzione di integratori alimentari. Ciò non è del tutto corretto.

Gli integratori vitaminici, cioè i supplementi in pillole, non possono essere assunti con leggerezza e per lunghi periodi: oltre ad assicurare effetti protettivi inferiori a quelli ottenuti con il consumo abituale di ortofrutta fresca, l'uso di dosi elevate può anche determinare danni al fegato, intestino e reni.



ATTENZIONE AGLI INTEGRATORI VITAMINICI. NON ASSICURANO L'EFFETTO PROTETTIVO DELLE VITAMINE NATURALI E DOSI ELEVATE POSSONO DETERMINARE DANNI A FEGATO, RENI E INTESTINO





FOCUS

APRI LA E APRI G IMPARARE A

Di questo tipo di tumore se ne parla poco e, a dire il vero, mal volentieri. Si tratta del tumore del cavo orale – tra le forme più diffuse al mondo – che, su scala insieme con quelli della laringe e della faringe rappresenta il 10 per cento circa di tutte le neoplasie maligne, il 5% negli uomini e

il 4 per cento nelle donne. In Italia, infatti, ogni anno vengono diagnosticati circa 8.000 casi di tumori alla bocca e si registrano circa 3.000 decessi. La sua incidenza complessiva, quindi, è in aumento così come il tasso di mortalità: ogni tre ore un italiano muore a causa di questa grave malattia. Ciò accade perché questo

“ CON ADEGUATE VISITE PERIODICHE E DIAGNOSI PRECOCE IL CARCINOMA SI RILEVA IN FASE INIZIALE E SI PUÒ CURARE CON OTTIMO SUCCESSO DI GUARIGIONE ”

tipo di cancro - che colpisce le cellule del rivestimento della bocca e che in particolare si sviluppa più frequentemente sulla lingua, la mucosa delle guance e sul pavimento della bocca - viene di solito diagnosticato in fase avanzata, quando la

massa tumorale si è già ingrandita al punto da richiedere interventi mutilanti e spesso con scarsi risultati. I casi di tumore alla bocca, inoltre, sono trasmessi anche attraverso il sesso orale dal papilloma virus; essi sono aumentati negli ultimi 30 anni, in particolare tra i giovani e le ragazze, a causa dei comportamenti sessuali cambiati rispetto

ai loro coetanei di 20 anni fa. Eppure anche questo cancro altamente invasivo e invalidante si può prevenire. Un'adeguata prevenzione e soprattutto una diagnosi precoce, possono fare un'enorme differenza perché quando il carcinoma è rileva-



PREVENZIONE

L'ORAL CANCER DAY

Il 14 maggio (una data da segnare in agenda) in oltre 80 piazze italiane sono stati allestiti i gazebo con utile materiale informativo sul tumore del cavo orale e i volontari ANDI hanno spiegato i fattori di rischio e gli stili di vita da adottare per prevenire questa grave malattia, i motivi per cui è necessario effettuare periodiche visite di controllo e di come la prevenzione sia davvero lo strumento più efficace. Dal 2007 questa data è diventata l'Oral Cancer Day, su iniziativa di ANDI-Associazione Nazionale Dentisti Italiani – come campagna di sensibilizzazione del cittadino,

con l'obiettivo di promuovere la salute orale attraverso la figura del dentista.

Da allora l'incontro nelle piazze o negli studi aderenti all'iniziativa, è un'occasione unica per un capillare lavoro di diffusione, di conoscenza, di consapevolezza e di strumenti pratici (come l'autoesame della bocca) perché ognuno impari a contrastare quella terribile patologia che è il tumore del cavo orale.

LA FONDAZIONE ANDI ONLUS

La Fondazione ANDI Onlus è nata l'8 giugno 2005 come Fondazione dell'Associazione Nazionale Den-



BOCCA LI OCCHI DIFENDERSI

to nella sua fase iniziale, può essere curato con successo e con elevate percentuali di guarigione. Come la maggior parte dei tumori, anche il tumore alla bocca dipende dalle condizioni generali di salute, dalla sede e dalla diffusione dei linfonodi regionali o in altre parti dell'organismo. Perché ci sono ritardi diagnostici? Le ragioni sono varie. In genere dipendono da errati comportamenti salutari, da mancanza di visite periodiche per controllare la bocca e, di conseguenza, dalla sottovalutazione dei sintomi dovuta ad una conoscenza insufficiente di questo tumore che spesso è confuso con altre malattie più frequenti (ascessi dentari, tumori benigni) ma meno gravi. A volte anche per paura immotivata. Adeguate visite periodiche sono in grado - attraverso l'ispezione e la palpazione del pavimento del-

la bocca e della lingua, l'eventuale biopsia di ogni lesione sospettata della mucosa (prelievo di una piccola porzione di tessuto) - di individuare i tumori del cavo orale anche in assenza di sintomi. Si può curare? Come per altri tumori si ricorre all'asportazione del tumore stesso e dei linfonodi circostanti o con la brachiterapia, un tipo particolare di radioterapia. Radioterapia e chemioterapia sono usate in genere come coadiuvanti nella fase post operatoria dei tumori avanzati e meno frequentemente in alternativa alla chirurgia. Qualora l'asportazione sia molto ampia oggi si procede a ricostruzioni sofisticate anche con autotrapianti di pelle, muscolo o di osso. In ogni caso è utile una rieducazione alla fonazione e alla deglutizione coordinata da specialisti logopedisti.

tisti Italiani, che con i suoi 23.000 soci certificati è l'associazione odontoiatrica maggiormente rappresentativa in Italia e in Europa. Nasce allo scopo di promuovere progresso, generare cultura e solidarietà, per la salute di tutti e in particolar modo di chi è svantaggiato ed agisce su molti fronti.

- gli interventi di assistenza medica e odontoiatrica in Italia e all'Estero, in situazioni di particolare disagio ed emergenza, attraverso azioni di volontariato internazionale.
- la promozione della cultura della prevenzione, grazie a un'ope-

ra di informazione e comunicazione non limitata al mondo professionale medico e odontoiatrico, ma rivolta a tutti i settori della società civile.

- la promozione e il finanziamento della ricerca scientifica e degli studi di nuove metodologie diagnostiche-terapeutiche contro le patologie del cavo orale.

Per saperne di più
FONDAZIONE ANDI Onlus
Segreteria Operativa
via Ripamonti, 44 Milano
tel. 0230461080 fax 0230461009
segreteria@fondazioneandi.org



COS'È IL TUMORE ALLA BOCCA

Il cavo orale comprende i due terzi anteriori della lingua, le gengive, la superficie interna delle guance e delle labbra, la parte inferiore della bocca sotto la lingua (il pavimento orale), la parte superiore ossea della bocca (il palato duro) e la zona oltre i denti del giudizio (il trigono retro molare).

La presenza sulle mucose del cavo orale di una tumefazione persistente, di una macchia bianco rossastra che non si risolve, ovvero di una ferita che non si rimargina sono possibili segnali di allarme perché potrebbero essere la manifestazione di una lesione pre tumorale o tumorale del cavo orale.

Il tumore del labbro è più comune negli uomini, e si sviluppa soprattutto in persone dalla pelle chiara che trascorrono molto tempo al sole (per esempio i muratori, gli agricoltori o i pescatori). I tumori del labbro rappresentano l'11 per cento circa dei nuovi casi, ma sono responsabili solo dell'1 per cento dei decessi totali. La lingua è la sede più frequente coinvolta nelle neoplasie del cavo orale: infatti i carcinomi linguiali sono il 30 per cento circa di tutti i carcinomi orali. Il tumore del cavo orale è più frequente in persone che fumano tabacco e consumano alcolici; la coesistenza di queste due abitudini moltiplica il rischio di sviluppare neoplasie orali. Negli ultimi anni si è osservata una progressiva riduzione di incidenza delle neoplasie orali alcol e tabacco correlate, soprattutto nel sesso maschile, mentre nel sesso femminile, si è invece registrato un aumento.

Il cancro della bocca, spesso confuso con altre malattie più frequenti (ascessi dentari, tumori benigni) ma meno gravi o per paura immotivata, se riconosciuto in fase precoce può essere curato con successo con elevate percentuali di guarigione.



SIETE AMAXOFOBICI?

Alcune ricerche dimostrano che sono le donne **64%** a soffrire di amaxofobia in seguito a prese in giro mentre sono al volante o a causa dei pregiudizi della loro diversità sessuale. Nel caso degli uomini **36%** questa fobia scaturisce da un evento traumatico: il coinvolgimento personale o di persone care in incidenti stradali



A vedere il traffico che intasa le vie delle nostre città non si direbbe. Però c'è anche chi non guida e non si mette al volante perché, semplicemente, ha paura. Questo atteggiamento è stato riconosciuto dalla scienza ufficiale e definito Amaxofobia (dal greco "amaxos", carro), cioè la paura di guidare un'automobile. Clinicamente è catalogata come "fobia specifica", cioè un disordine da ansia provocato da una paura irrazionale, connessa all'esposizione a specifici oggetti o situazioni, e, nei casi più gravi, anche da loro rappresentazioni.

Le persone che soffrono di amaxofobia, infatti, hanno un elevato stato di ansia che può sfociare in veri e propri attacchi di panico, senza contare che alle manifestazioni psicologiche possono affiancarsi segnali somatici come l'aumento del battito cardiaco, la mancanza d'aria, fino alla perdita dei sensi.

È stato dimostrato che l'ansia di guidare aumenta proporzionalmente alla indispensabilità di mettersi al volante: per esempio, se devono dare il cambio durante un viaggio. Altro elemento che contribuisce al malessere è la sensazione di non potersi mettere in salvo, ad esempio quando si percorre una galleria o un ponte. Anche una coda nel traffico può provocare sensazioni di panico. Evidentemente, questa patologia può condizionare fortemente la vita, anche per l'imbarazzo del cercare scuse per non guidare, a parte il fatto che il rifiuto totale della guida è spesso invalidante nella nostra società, sia a livello professionale che sociale.

Alcune ricerche hanno dimostrato che l'Amaxofobia colpisce soprattutto le donne (64%), che spesso ne soffrono a causa di parenti e amici che tendono a ridicolizzarle mentre sono al volante o a causa della loro stessa diversità sessuale con tutti i

pregiudizi che ne scaturiscono. Nel caso degli uomini (36%) questa fobia è invece più frequente che scaturisca da un evento traumatico, cioè il coinvolgimento personale o di persone care in incidenti stradali.

Esiste un modo per superare questa paura? Come in molti altri casi, la cosa migliore da fare è affrontarla in modo diretto e intraprendere un percorso graduale.

Prima di tutto è molto importante non smettere mai di guidare per periodi prolungati per non caricare di ulteriori "ansie da prestazione" la prima uscita dopo la lunga pausa. Poi sforzarsi di guidare regolarmente più volte alla settimana, possibilmente da soli, in orari e luoghi poco trafficati e in condizioni atmosferiche opportune. Se l'insicurezza rimane, qualche lezione di guida con una persona fidata e paziente infonde tranquillità e fiducia in se stessi. Quando sarà subentrata una certa dose di sicurezza, si potrà pensare di affrontare piccoli tragitti anche di notte o nelle ore di punta.

Secondo alcuni terapeuti, però, la motivazione reale che porta all'amaxofobia è da ricercare interiormente. Non è la guida in sé a costituire l'evento stressante, ma il modo in cui la persona che soffre di amaxofobia interpreta la guida.

Spesso i sintomi tipici manifestati dall'amaxofobico rappresentano il risultato disfunzionale di una conflittualità non risolta tra esigenze di autonomia e dipendenza. La soluzione di questa fobia, in quest'ottica specifica, passa attraverso l'analisi dello stile personale di valutazione cognitiva, con particolare attenzione alle tematiche dell'autonomia e del controllo. In questo modo, si può arrivare a comprendere ciò che rende la persona con paura di guidare più vulnerabile di altri allo stress rappresentato dalla guida di un'automobile.

UN INVITO A RIFLETTERE

Quello dei farmaci è un problema piuttosto grave. Se ne parla tutti i giorni, spesso perché sono state scoperte nuove terapie. Il problema serio per i danni che produce alla salute è dato dall'aumento del consumo, pari al 60% dal 2000, il che significa che gli italiani assumono farmaci a volte inutilmente e che esiste una seria forma di dipendenza, sempre più diffusa in tutti i Paesi sviluppati, anche purtroppo tra i giovani. L'utilizzo smodato di farmaci e psicofarmaci può creare pericolosi schemi comportamentali come prendere sistematicamente sonniferi per dormire e/o stimolanti per alzarsi, attivarsi o concentrarsi, o ancora tranquillanti per rilassarsi a fine giornata. In commercio non vi sono medicinali che fanno solo bene ed altri che

fanno solo male, ma è piuttosto l'uso (secondo tempi e modalità) che ne viene fatto a creare serie conseguenze psico-fisiche. Se, infatti, sono utilizzati sotto prescrizione e controllo medico, sia farmaci che psicofarmaci - interagendo con determinate sostanze e neurotrasmettitori dell'organismo - riescono a stimolare o calmare sia la parte mentale che quella fisica della persona, in modo temporaneo, ma propositivo. Se al contrario vi è un eccessivo utilizzo non controllato i medicinali possono provocare la formazione di una vera e propria dinamica di dipendenza psico-fisica, con tutte le sue gravi caratteristiche sintomatologiche sia a livello interno, che esterno. I farmaci e gli psicofarmaci che possono maggiormente indurre e mantenere una situazione di dipendenza sono: gli antidolorifici (antinfiammatori o analgesici), gli ansiolitici (Benzodiazepine), gli antidepressivi, i barbiturici, i dimagranti, i narcotici (morfini, metadone

etc.), i sonniferi, gli stimolanti (amfetamine, metamfetamine). Perché l'abuso è pericoloso? Perché quando diventa compulsivo, ovvero ripetitivo, innesca sintomi tipici della dipendenza come: tolleranza, cioè la necessità di alzare le dosi farmacologiche per continuare a sperimentare gli stessi effetti, ovvero una serie di forti impulsi e pensieri fissi verso il come e quando consumare i farmaci e verso tali stesse sostanze; ed astinenza, cioè la comparsa di un gruppo di sintomi psicologici e fisici fortemente negativi in corrispondenza alla sospensione, più o meno volontaria, dei medicinali. Gli effetti psichici dovuti ad un utilizzo eccessivo e continuato sono: confusione ed ottundimento mentale, apatia, problemi del sonno, umore altalenante, irrequietezza, intensa ansia, labilità emotiva, abbassamento dell'autocontrollo, eccessiva euforia ed iperattività. Fino ai casi più gravi di allucinazioni, deliri, compromissione della capacità di giudizio e ideazioni di suicidio. Sono altrettanto gravi le conseguenze fisiologiche. Possono, infatti, comparire secchezza delle fauci, iper sudorazione, disturbi motori e di equilibrio, tremori, disfunzioni sessuali, problemi respiratori e cardiocircolatori, carenze alimentari, disturbi a livello gastrico, bruciori, irritazioni e ulcere allo stomaco, problemi motori, tachicardia, aritmia etc. spassatezza, riduzione delle capacità cognitive e mnemoniche (concentrazione, attenzione, pensiero). Proprio per cercare di non riprovare i sintomi spiacevoli, la persona è ulteriormente sospinta al riutilizzo del medicinale, con il deleterio effetto di aumentarne invece la presenza stessa. Se poi sono assunti con altre sostanze potenzialmente dannose come l'alcol - diffuso sempre più tra i giovani -, certi farmaci e psicofarmaci moltiplicano in

sospensione, più o meno volontaria, dei medicinali. Gli effetti psichici dovuti ad un utilizzo eccessivo e continuato sono: confusione ed ottundimento mentale, apatia, problemi del sonno, umore altalenante, irrequietezza, intensa ansia, labilità emotiva, abbassamento dell'autocontrollo, eccessiva euforia ed iperattività. Fino ai casi più gravi di allucinazioni, deliri, compromissione della capacità di giudizio e ideazioni di suicidio. Sono altrettanto gravi le conseguenze fisiologiche. Possono, infatti, comparire secchezza delle fauci, iper sudorazione, disturbi motori e di equilibrio, tremori, disfunzioni sessuali, problemi respiratori e cardiocircolatori, carenze alimentari, disturbi a livello gastrico, bruciori, irritazioni e ulcere allo stomaco, problemi motori, tachicardia, aritmia etc. spassatezza, riduzione delle capacità cognitive e mnemoniche (concentrazione, attenzione, pensiero). Proprio per cercare di non riprovare i sintomi spiacevoli, la persona è ulteriormente sospinta al riutilizzo del medicinale, con il deleterio effetto di aumentarne invece la presenza stessa. Se poi sono assunti con altre sostanze potenzialmente dannose come l'alcol - diffuso sempre più tra i giovani -, certi farmaci e psicofarmaci moltiplicano in

modo esponenziale i loro effetti negativi e quindi la loro pericolosità sia a livello interno, che esterno. Vale la pena ricordare che tutti i medicinali chimici affaticano il fegato, intossicano il sangue producendo sgradevoli effetti collaterali sulla pelle come: cellulite, foruncolosi, acne, peggioramento delle rughe già formate, smagliature, problemi di sovrappeso o deperimento, alterazioni dei sistemi muscolari e dello strato di collagene. Evitare il più possibile il ricorso ai farmaci, riservandoli ai casi di assoluta necessità, quindi, si protegge salute e bellezza. Il fatto che certe categorie di farmaci e psicofarmaci siano raggruppati all'interno dei manuali di medicina e psicologia tra le droghe, fa comprendere quanto il loro utilizzo debba essere necessariamente deciso e seguito da uno specialista.

Le medicine sono necessarie in alcune malattie ma l'uso eccessivo di farmaci crea le cosiddette malattie iatrogene

Superbatteri... e gli antibiotici?

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Salute, in tutta Europa sono in aumento i super batteri resistenti agli antibiotici. La causa è il cattivo uso di questi farmaci negli uomini, ma anche negli animali da allevamento che - entrando nella catena alimentare - diventano 'veicolo' di super infezioni, insensibili ai medicinali a disposizione. Questo fenomeno, spesso ignorato, è sicuramente da tenere sotto controllo se si vuole evitare che questi farmaci perdano sempre di più la loro funzione salvavita nell'uomo. Alimenti come carne, pesce, latte, uova, frutta o vegetali possono, infatti, contenere batteri resistenti o che veicolano geni di resistenza agli antibiotici, trasmettendoli alle persone che li consumano, anche se l'uso degli antibiotici per la crescita degli animali è bandito nella Ue dal 2006. È evidente che le possibili implicazioni per la salute sono serie. Nell'uomo le infezioni causate da batteri resistenti ad alcune classi di antibiotici e veicolate dagli alimenti sono molto difficili da curare e possono avere anche conseguenze fatali. Infezioni causate da batteri antibiotico-resistenti come *Campylobacter* e *Salmonella* sono legate direttamente all'uso di antibiotici negli animali. Ogni anno sono quasi 200.000 i casi di campilobatteriosi riportati nella Ue e oltre 100.000 quelli di salmonellosi, le infezioni più comuni trasmesse dagli alimenti. Tra questi molti sono dovuti a batteri antibiotico resistenti. La parola d'ordine è la prevenzione, serve, ad esempio, migliorare l'igiene, la cura dell'alimentazione e del benessere degli animali per evitare che si ammalino, mentre l'uso dei farmaci deve essere solo terapeutico e deve essere autorizzato da prescrizione veterinaria. Il fenomeno si limita con la collaborazione tra i ministeri che si occupano di Salute e quelli che si occupano di Agricoltura e tra i diversi uffici tecnici nei diversi Stati. Serve inoltre rendere obbligatoria la sorveglianza dell'uso di questi medicinali e promuovere la ricerca.

modo esponenziale i loro effetti negativi e quindi la loro pericolosità sia a livello interno, che esterno. Vale la pena ricordare che tutti i medicinali chimici affaticano il fegato, intossicano il sangue producendo sgradevoli effetti collaterali sulla pelle come: cellulite, foruncolosi, acne, peggioramento delle rughe già formate, smagliature, problemi di sovrappeso o deperimento, alterazioni dei sistemi muscolari e dello strato di collagene. Evitare il più possibile il ricorso ai farmaci, riservandoli ai casi di assoluta necessità, quindi, si protegge salute e bellezza. Il fatto che certe categorie di farmaci e psicofarmaci siano raggruppati all'interno dei manuali di medicina e psicologia tra le droghe, fa comprendere quanto il loro utilizzo debba essere necessariamente deciso e seguito da uno specialista.

IN AIUTO AL SORRISO

LA TECNICA



Katharine Hepburn e Spencer Tracy

Il dr. Charles Pincus nella Hollywood degli anni '30 la introdusse per migliorare l'aspetto degli attori

Quando la natura non è generosa interviene la tecnica

FACCETTE



conchiglie di porcellana incollate ai denti per coprire difetti indesiderabili

Nello scorso numero abbiamo ricordato che, quando la natura non è generosa, è comunque possibile avere denti e sorriso perfetti. Qui vogliamo affrontare nello specifico la tecnica delle faccette.

Di che cosa si tratta? Stiamo parlando di una tecnica, appunto, innovativa (anche se già introdotta dal dr. Charles Pincus nella Hollywood degli anni '30 per migliorare l'aspetto degli attori nei primi piani cinematografici), che richiede pochi appuntamenti dal dentista per una soluzione esteticamente perfetta: sono le faccette di porcellana. Ovvero sottilissime lamine, conchiglie di porcellana che vengono incollate ai denti per coprire quelli naturali macchiati o scheggiati, usurati o per mascherare una serie di difetti indesiderabili. E il risultato finale, oltre ad essere esteticamente perfetto, è migliore delle otturazioni bianche ed è anche solido e durevole nel tempo. Non richiedono una manutenzione particolare, ma l'uso quotidiano di spazzolino e dentifricio, filo interdentale, scovolino e sciacqui, ossia la normale routine di igiene orale.

A differenza di ponti e corone la porzione di dente sacrificata da questa applicazione è davvero minima, in media 0,5 mm. di spessore per dente e, in alcuni casi, addirittura la limatura non è necessaria. È senza dubbio un approccio meno invasivo quando si vuole modificare il colore, la forma o la dimensione del dente.

La procedura

- Le faccette si applicano sui denti dopo aver rimosso una minima parte dello smalto dei denti, che in alcuni casi non avviene;
- viene presa l'impronta e inviata al laboratorio dove le faccette sono

prodotte su misura;

- viene applicata ai denti una soluzione blandamente abrasiva per renderli rugosi e facilitare l'aderenza delle faccette;
- ogni faccetta viene applicata singolarmente con un cemento in resina composita.

Vantaggi

- Una volta cementate al dente, le faccette rinforzano la struttura dentaria residua, è il più forte legame che si possa ottenere in odontoiatria con gli adesivi smalto/dentinali;
- Possono essere mantenute per molto tempo, oltre 10 anni;
- Sono un eccellente trattamento perché diventano un tutt'uno con il dente e aumenta il piacere di sorridere liberamente.

... e svantaggi

- Vanno controllate almeno ogni sei mesi. L'associazione ad una scrupolosa igiene orale, oltre a mantenere sani denti e gengive, permette alle faccette di durare a lungo;
- Non è indicato per pazienti con parafunzione (sfregamento e serramento dei denti). In questi casi è consigliabile risolvere il problema prima di procedere a un progetto di restauro;
- Per prevenire danni o fratture alle faccette evitare di addentare cibi o oggetti troppo duri come il ghiaccio;
- Il processo di preparazione è irreversibile. Una volta ricoperto dalla lamina di porcellana, il dente ha sempre bisogno di un'analoga faccetta per avere un aspetto normale.

Sebbene durino a lungo è bene entrare nell'ordine di idee che nel tempo, in media una decina d'anni o più, è indispensabile sostituire la vecchia faccetta con una nuova.

MENO RISCHIO DIABETE CON IL RISO INTEGRALE

Una ricerca, durata 22 anni, condotta dai ricercatori della Harvard School of Public Health, e pubblicato sul giornale online Archives of Internal Medicine ha rilevato che mangiare cinque o più porzioni di riso bianco (raffinato) alla settimana porta ad un maggior rischio di contrarre il diabete di tipo 2. Invece, consumando riso integrale si riduce la possibilità di ammalarsi.

Lo studio è stato condotto su 157,463 donne e 39,765 uomini sottoposti a questionari relativi alla dieta, allo stile di vita e alle condizioni di salute, che venivano ricompilati ogni quattro anni, ha evidenziato l'insorgenza del diabete di tipo 2 in 5.500 casi. I ricercatori, inoltre, hanno notato che coloro che consumavano riso bianco manifestavano una predisposizione familiare per il diabete. Il riso integrale, quindi, ha poteri curativi. In effetti contiene molta fibra, minerali, vitamine e fitochimici e, generalmente, non comporta un eccessivo incremento dello zucchero all'interno del sangue dopo il pasto. Mentre il processo di brillatura e di raffinazione del riso elimina la maggior parte di minerali e vitamine, oltre la fibra necessaria al rallentamento del passaggio del glucosio nel sangue. L'effetto benefico del riso integrale per la prevenzione del diabete è stato provato anche dall'uso di altri cereali integrali.



TEST PER LA DIAGNOSI PRECOCE ALZHEIMER

Alla Texas Tech University Health Sciences Center a Lubbock è stato sviluppato un test del sangue capace di diagnosticare l'Alzheimer e addirittura di predire il rischio individuale di sviluppare la demenza. I ricercatori, che hanno rintracciato nel sangue un centinaio di molecole indicatori di malattia,



ritengono che abbinando a questo prelievo un test genetico che rilevi la presenza di mutazioni legate alla demenza sia possibile dimostrare l'esordio della malattia.

TUMORI AI POLMONI

Basta un semplice esame del sangue per ottenere la diagnosi di un tumore al polmone. Un metodo più avanzato degli strumenti diagnostici oggi a disposizione. Il test che riesce anche a discriminare fra tumori destinati a restare latenti con sopravvivenza al 100% e tumori destinati ad uno sviluppo aggressivo è stato messo a punto dall'Istituto dei tumori (INT) di Milano da un gruppo di ricercatori guidati da Ugo Pastorino e Gabriella Sozzi. Serviranno però altri due anni perché sia disponibile ai pazienti. Lo studio si basa sull'analisi molecolare dei microRNS, piccole molecole in circolo nel sangue che, come interruttori, accendono e spengono i geni coinvolti nel tumore.

Il tumore al polmone ancora oggi la prima causa di morte e ogni anno si contano 1,35 milioni di nuovi casi nel mondo di cui l'85% mortali entro i 5 anni dalla diagnosi. In Italia le vittime sono 35mila ogni anno e, nell'85% dei casi il tumore è legato al fumo di sigaretta.

OCCHIO ALLA SINDROME DI HIGHLANDER!

È stata battezzata "sindrome di Highlander" l'attività fisica a tutti i costi che sta colpendo i "nonni atleti". Sono infatti in Toscana oltre trecentomila gli ultrasessantenni che, indossate tute e scarpe da ginnastica corrono a perdifiato o praticano pesanti discipline come il sollevamento pesi. Gli esperti mettono in guardia dalla ginnastica "fai da te": con l'eccessivo sforzo si rischiano attacchi di cuore, ictus e pure incidenti. Se vincere

la sedentarietà attraverso la pratica dello sport e del movimento è utile per il corpo e la mente, il consiglio è seguire sempre la professionalità dei preparatori atletici e i controlli adeguati.

ANTICONCEZIONALI IL "PILLOLO" ARRIVA DALL'INDONESIA

Secondo quanto riferisce il quotidiano Jakarta News entro quest'anno arriverà sul mercato indonesiano la pillola anticoncezionale per l'uomo, il tanto atteso contraccettivo orale maschile che dovrebbe riequilibrare tra i due generi il peso della contraccezione orale, attualmente usata solo dalle donne.

L'osservazione che mangiando abbastanza foglie di una pianta chiamata Gandarusa, un arbusto che cresce in un'isola della provincia indonesiana di Papua, gli uomini riuscivano a non procreare è antica nelle tribù indigene, e dalla fine degli anni '80 la curiosità si è tradotta in una ricerca scientifica sistematica da parte degli studiosi indonesiani.

Dopo vent'anni di studi e test sia sugli animali che su volontari la pillola ora è pronta per entrare sul mercato: "Entro quest'anno, al massimo all'inizio dell'anno prossimo, verrà commercializzata – conferma Sugiri Syarief, il capo della commissione governativa sul controllo delle nascite – la pianta ha un principio attivo che blocca alcuni enzimi necessari allo spermatozoo per penetrare nell'ovulo. La pillola non ha effetti collaterali, e l'uomo riguadagna la propria fertilità in circa 72 giorni". E non fa ingrassare. È quanto emerge da una ricerca dell'Oregon Health&Science University pubblicato su Human Reproduction, da cui risulta, anzi, che in soggetti obesi potrebbe addirittura favorire la **diminuzione di peso**. Diminuzioni che, scrivono i ricercatori, dipenderebbero dall'aumento del **metabolismo basale** attivato dalla pillola.

CATTIVA IGIENE DEL CAVO ORALE

La prevenzione dei problemi del cavo orale (carie, ascessi, lesioni, protesi mal fatte) e la sua corretta igiene svolgono un ruolo importante per evitare rischi di carcinoma orale. I problemi del cavo orale agiscono irritandone la mucosa e creando dei piccoli traumi, mentre la presenza di agenti patogeni nella bocca la rende più indifesa nei confronti delle sostanze cancerogene.

PREVENZIONE COME "ELISIR DI LUNGA VITA"



IRIS COMPAGNIA ODONTOIATRICA • CENTRO CHIRURGICO • STUDI MEDICI

IRIS COMPAGNIA ODONTOIATRICA

Un team di professionisti all'avanguardia per la prevenzione delle patologie, la cura e l'estetica del sorriso

ODONTOIATRIA
IMPLANTOLOGIA DENTALE
CHIRURGIA ODONTOIATRICA E MAXILLO-FACCIALE
ENDODONZIA
PARODONTOLOGIA
ORTODONZIA ESTETICA E INVISIBILE
POSTUROLOGIA
TRATTAMENTO DEI CASI COMPLESSI

CENTRO CHIRURGICO IRIS

Una vera e propria unità chirurgica abilitata per interventi ambulatoriali di chirurgia generale (chirurgia dermatologica, ortopedica, plastica e ricostruttiva, implantare e parodontale), in anestesia locale, loco regionale o generale

CHIRURGIA ESTETICA, PLASTICA E RICOSTRUTTIVA
CHIRURGIA DELLA MANO
CHIRURGIA ODONTOIATRICA, IMPLANTOLOGIA E MAXILLO-FACCIALE

STUDI MEDICI

Un gruppo di professionisti per la cura e la prevenzione nelle seguenti specializzazioni

MEDICINA ESTETICA
PEDIATRIA
DERMATOLOGIA, VENEREOLOGIA E TRICOLOGIA
UROLOGIA E ANDROLOGIA
GINECOLOGIA E OSTETRICA
OFTALMOLOGIA
OMEOPATIA
FISIOTERAPIA, MASSAGGI E TRATTAMENTI SHIATSU ZEN
DIETOLOGIA E NUTRIZIONE
PSICOLOGIA
ECOGRAFIA
CYTOTEST

Ultimamente sempre più si discute sull'aspettativa di vita, dibattito che implica la vita personale e sociale. Gli anni che una persona si può ragionevolmente aspettare di vivere sono notevolmente aumentati nel corso della storia. In parole semplici, mentre nel remoto passato l'uomo viveva al massimo fino a 30 anni, oggi può ragionevolmente aspirare a 100 anni. Il merito va attribuito alla medicina e ai medici in generale che sono riusciti a prolungare la vita umana nel corso della storia grazie alla ricerca scientifica e ad un incredibile progresso tecnologico che oggi permettono cose che solo dieci anni fa erano impossibili. Non tutte le malattie sono state debellate, però per

ognuna c'è la cura specifica, ma diventa sempre più importante la prevenzione che significa creare quelle condizioni affinché la malattia non possa fare la sua comparsa. Una visione di ampio raggio, che prenda in considerazione lo stile di vita, le analisi ed il rapporto dell'uomo con l'ambiente in cui vive.

Oggi è possibile controllare la propria salute a livello preventivo e il servizio Check up è la proposta di controllo e indagini cliniche, strumentali e di laboratorio che offre un quadro completo della situazione di salute. Effettuare check-up sanitari regolari consente di scoprire in tempo se qualcosa non va. Alcuni

test - eseguiti a seconda dei profili di rischio, della predisposizione genetica e delle abitudini di vita ed in base alle indicazioni del proprio medico - consentono una prevenzione mirata o permettono una diagnosi precoce, migliorando il trattamento della lesione e diminuendone la mortalità. Due sono i modi di intendere la prevenzione: la primaria che comporta piccole azioni quotidiane che si possono compiere adottando stili

di vita salutari consiste in una serie di accorgimenti che riducono i fattori di rischio e possono evitare la comparsa di una malattia.

Seguire un'alimentazione corretta, evitare il fumo ed il consumo di alcol, fare attività fisica.

La prevenzione secondaria consente, invece, di scoprire la presenza di alcune malattie allo stato iniziale attraverso l'esecuzione di semplici esami, i cosiddetti test di screening. E questa possibilità di "diagnosi precoce" è fondamentale quando la malattia è all'inizio per intervenire attraverso terapie che nella maggioranza dei casi portano alla guarigione. È proprio sulla base di questa opportunità che molti professionisti si attrezzano per concentrarsi in un'unica struttura: è il caso degli Studi Medici presso la struttura Iris in Viareggio. Qui si può infatti trovare ampia possibilità di interventi, assistenza di qualità e collaborazioni professionisti di elevata esperienza.



**EFFETTUARE
CHECK-UP
SANITARI REGOLARI
CONSENTE
DI SCOPRIRE
IN TEMPO
SE QUALCOSA
NON VA**



PICCOLI E SANI...

In uno sperduto villaggio delle Ande, in Ecuador, dove vive un gruppo di persone discendenti da ebrei, spagnoli e portoghesi che lì immigrarono intorno al 1500, è stato scoperto che non esistono tumori, né diabete. Questo gruppo oggi al centro degli interessi medici, è stato scoperto da un diabetologo ecuadoregno, Jaime Guevara-Aguirre nel 1987 durante una sua vacanza sulle Ande quando si spinse a cavallo fino a villaggi praticamente irraggiungibili. Colpito dal fatto che la maggior parte di loro non superava il metro e 10 di altezza è tornato sui luoghi per visitarli e seguirli. Nel 1994, dopo aver raccolto molti dati, il medico si accorse che quegli uomini non si ammalavano mai di cancro, diabete o obesità. Come succede per molte nuove ricerche nessuno gli dette ascolto e

così il dott. Aguirra ha aspettato 24 anni, sempre studiando genetica e metabolismo, ed oggi ha trovato la spiegazione di questa "resistenza" alle malattie che, secondo alcuni, potrebbe rivelarsi il segreto della longevità.

Le persone in questione soffrono della sindrome di Laron, malattia ereditaria nella quale sono assenti o alterati i recettori per l'ormone della crescita che, di conseguenza, non funziona e non attiva la produzione del fattore di crescita analogo all'insulina.

Il medico ha anche analizzato il siero degli individui "nani" ed ha scoperto che protegge le cellule dai danni del Dna e ne provoca il "suicidio" quando sono danneggiate e potrebbero trasformarsi in cellule tumorali. L'assenza dell'ormone IGF-1, inoltre, ri-



duce i livelli di insulina in circolo ed aumenta la sensibilità delle cellule all'insulina stessa, abbassando così il rischio di diabete.

I ricercatori hanno proposto sperimentazioni del farmaco antagonista dell'ormone della crescita in famiglie ad alto rischio di diabete o tumore, a pazienti già malati di cancro. Alcuni medici sono scettici, si preoccupano per l'uso improprio dell'ormone con il doping e con l'eccesso di prescrizioni in pazienti con deficit ormonali.

TELEGIORNALE DELLA TOSCANA



24 EDIZIONI DI TG REGIONALE
6 EDIZIONI DI TG IN LINGUA INGLESE
SERVIZI DA TUTTE LE PROVINCE 24 ORE
6 EDIZIONI DI TG NAZIONALE
METEO TOSCANA
RASSEGNA STAMPA
TUTTI GLI APPUNTAMENTI DEL WEEK END
E TANTO ALTRO...

SU DIGITALE TERRESTRE

TV WEB www.tgt24.it

Faccette in ceramica

*Sorridi come hai sempre sognato,
senza danneggiare i tuoi denti naturali.*

*Le "faccette" sono
l'innovazione tecnica
per risolvere tutte le imperfezioni:
forma, colore, dimensione,
posizione, allineamento,
spazi interdentali.
Senza preparazione, senza
anestesia, senza dolore*



IRIS Compagnia Odontoiatrica Italiana

La prima e la più grande rete odontoiatrica interamente italiana presente nel nostro Paese

348 2719607
PER URGENZE

www.compagniairis.it

Numero Verde
800 19 84 19