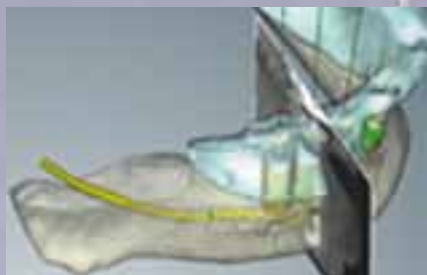


Poste Italiane S.p.a. - Spedizione in abbonamento postale. D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) Art. 1, comma 1, D.C.B. Firenze 2 Anno II numero 3 dicembre 2010. € 0,26

SORRISI & SALUTE

PERIODICO PER IL BENESSERE DELLA FAMIGLIA

INVERNO 2010/2011



IMPLANTOLOGIA

LE MIGLIORI TERAPIE
RICOSTRUTTIVE



ESTETICA

DENTI PERFETTI

Articolo anche su

Iris
COMPAGNIA ODONTOIATRICA
ITALIANA

www.compagniairis.it

CON UN BEL
SORRISO NIENTE
FA PAURA

STARE IN SALUTE



La salute, insieme alla diminuzione del potere d'acquisto e alla sicurezza, sono i principali problemi della popolazione, soprattutto di quella anziana. È ciò che emerge anche da un rapporto del Censis.

In effetti stiamo vivendo un periodo di incertezza, ma ce ne sono stati altri, e forse peggiori, e li abbiamo sempre superati. Come dire, a tutto c'è rimedio.

La salute, però, rimane al centro dell'attenzione, è per questo che, attraverso la nostra

rivista, scegliamo ogni volta una serie di tematiche che vengono incontro alla preoccupazione generale. In questo numero, con semplicità ed immediatezza, entriamo nel mondo del benessere

affrontando vari argomenti legati al periodo invernale come l'arrivo dell'influenza, e l'importanza della stagionalità in fatto di nutrizione.

Vi introduciamo nel mondo dell'osteoporosi – questa subdola, infida, dolorosa e progressiva malattia che rende fragili le ossa (soprattutto

quelle delle donne) e le espone al rischio fratture – e delle ultime scoperte nel campo della ricerca.

Tra notizie in pillole e curiosità, vi accompagniamo nel mondo dell'odontoiatria parlando di masticazione, implantologia, faccette e vi diamo alcuni consigli sulle nuove tecniche per avere un sorriso veramente smagliante. Nell'intervista con il dottor Paoleschi si scopre quanto sia importante il mantenimento dell'armonia del corpo e quanto il suo

equilibrio sia influenzato anche dalla mandibola e dalla posizione dei denti.

All'interno trovate anche la straordinaria opportunità offerta dagli Studi medici Vecchia Viareggio. Nella

città famosa per il carnevale e le sue

spiagge in un'unica struttura è possibile incontrare i migliori professionisti di tante specializzazioni mediche: dall'odontoiatria più evoluta fino alla medicina e alla chirurgia estetica e maxillofaciale; dalla dermatologia alla psicologia, all'audiometria, all'oculistica.



**IN QUESTA STAGIONE
PREFERIRE
VERDURA E FRUTTA
RICCHE
DI VITAMINA C,
ANTIDOTO
NATURALE
AI MALESSERI
INVERNALI**



MALANNI DI STAGIONE E RACCOMANDAZIONI



Come ogni anno, eccola puntuale! È l'influenza con i suoi malanni. Facciamo un po' di chiarezza perché molto spesso il malessere generalizzato, debolezza, brividi, mal di testa, tosse, mal di gola e raffreddore, febbre superiore a 38°C, è chiamata influenza. Il più delle volte, in realtà, questi sintomi vanno ricondotti alla sindrome influenzale. Qual è la differenza, quali le analogie? Entrambi i tipi di

malattia hanno un punto in comune fondamentale: la guarigione spontanea, cioè il fatto

che nella stragrande maggioranza dei casi i disturbi passano da soli in alcuni giorni, il tempo necessario all'organismo per debellare l'attacco dei virus e senza lasciare strascichi. Gli esperti prevedono che quest'anno l'influenza non sarà particolarmente aggressiva, comunque hanno consigliato il vaccino alle categorie di persone che rischiano maggiormente di contrarla, medici e infermieri, chi lavora a contatto con animali o con il pubblico, persone per le quali l'influenza potrebbe rappresentare un maggior rischio: anziani oltre i 65 anni, i bambini sopra i sei mesi di età con patologie croniche, le gestanti nel secondo e terzo trimestre di gravidanza.

Teniamo a ribadire la raccomandazione, ormai consolidata, di non usare gli antibiotici a meno che il medico, dopo la visita, non riscontri la presenza di compli-

canze batteriche. Sia l'influenza che la sindrome influenzale sono di natura virale, gli antibiotici sono farmaci che agiscono in modo specifico contro i batteri, mentre non hanno alcun effetto sui virus. Quindi non sono necessari (è di questi giorni la denuncia dell'abuso) né utili; anzi, a volte, il loro uso può essere dannoso perché contribuiscono allo sviluppo del fenomeno della resistenza,

che ne annulla l'efficacia. Per ridurre (ma non servono a curare) intensità e durata dei sintomi più fastidiosi come

febbre e dolori per gli adulti è consigliato usare i farmaci a base dei principi attivi paracetamolo, ibuprofene e diclofenac, fermo restando che prima di prenderli è bene consultare il proprio medico di famiglia, anche per essere sicuri che non si rientri in qualche caso particolare. Se si hanno problemi di cuore o altre patologie, infatti, è solo il medico che può suggerire il farmaco più idoneo.



**LA MALATTIA
STAGIONALE
NON DEVE METTERE
PAURA**



QUALCHE CONSIGLIO

Possono coloro che entro il tempo previsto non si sono vaccinati difendersi dal contagio? Sì, seguendo alcune norme igieniche e di buon senso.

- ... Lavarsi spesso le mani e sempre dopo aver usato la toilette, dopo essersi soffiati il naso, dopo aver frequentato posti molto affollati come treni o autobus. L'Organizzazione mondiale della Sanità considera questa pratica "tra le più efficaci per il controllo della diffusione delle infezioni anche negli ospedali", mentre un documento del Ministero della Salute lo definisce "un intervento preventivo di prima scelta";
- ... Coprire naso e bocca quando si tossisce, si sbadiglia o starnutisce. Meglio farlo riparando il viso con il braccio piuttosto che con la mano;
- ... Evitare luoghi sovraffollati e surriscaldati;
- ... Usare fazzoletti di carta;
- ... Assumere vitamina C (è il periodo degli agrumi), e tisane che aiutano a rafforzare il sistema immunitario;
- ... Stare a casa appena si manifestano sintomi influenzali evidenti. Facendo gli eroi si rischia di attaccare il virus a tutto l'ambiente di lavoro.





MAL DI SCHIENA? MAL DI TESTA?

RIVOLGETEVI AL DENTISTA!

La scienza medica ha ormai identificato con chiarezza le cause di moltissime patologie e ha spesso trovato la cura per vincerle. Questo ha consentito, almeno nel mondo occidentale, un'attesa e una qualità di vita prima sconosciute. Basta però una postura scorretta per causare una serie di malesseri che la medicina ufficiale non riesce ancora a valutare.

Dottor Paoleschi, può spiegarci che cosa accade quando il corpo perde la sua armonia?

Innanzitutto va considerato che il nostro corpo è regolato da un insieme considerevole di muscoli capaci di tenerci in posizione eretta senza affaticarsi troppo, permettendo alle articolazioni ossee di funzionare regolarmente. Quando però, per vari motivi l'armonia si perde, una parte della muscolatura si contrae inutilmente, mentre l'altra si rilascia in misura ec-

cessiva, forzando le articolazioni interessate e provocando i più disparati e misteriosi dolori: continue cefalee o emicranie, noiosi mal di schiena, strani formicolii ad una gamba, frequenti torcicolli, dolori all'articolazione di una spalla o della bocca, malesseri alla zona dell'orecchio, sensazioni di spostatezza. Insomma, tutti sintomi potenziali di uno squilibrio della postura risolvibili, semplicemente, mediante il suo riequilibrio.

Ora, il nostro cervello interpreta, armonizza, reagisce agli impulsi nervosi che arrivano dal corpo: valuta come appoggiamo i piedi, la salute degli organi interni, il modo stesso in cui chiudiamo la bocca. Ad esempio, chiudere la bocca contraendo troppo i muscoli masticatori può scatenare una serie di reazioni muscolari dal collo al bacino, alle gambe, causando malesseri anche in zone molto lontane dalla bocca: cefalee, periartriti alle articolazioni della spalla, dolori cervicali, alle piante dei piedi.

In questi casi tocca al dentista intervenire e realizzare un cosiddetto bite, un dispositivo temporaneo ed economico, da portare in bocca la notte, capace di far cessare "miracolosamente" ogni disturbo.

Quindi, anche la posizione della mandibola è importante?

Certamente, quando si mastica o si parla la mandibola effettua una serie di movimenti e, se è in posizione sbagliata, i muscoli devono lavorare molto di più e ciò può portare a spasmi muscolari, a dolore davanti e dietro l'orecchio, alle tempie e alle guance. Tutto l'equilibrio del nostro corpo è influenzato anche dalla mandibola e dalla posizione dei denti. Il disequi-

brio compromette tutto il benessere del paziente, ne possono conseguire disturbi fisici o psichici che la persona non penserebbe mai di collegare con i denti.

Possiamo allora affermare che una cattiva masticazione o problemi di malocclusione costringono anche il collo a rimanere in tensione provocando dolori tipo mal di testa o artrosi?

Come si diceva è un problema di equilibrio. Talvolta basta la mancanza di un dente per determinare una contrazione dei muscoli della bocca ed avere così una riduzione della apertura della bocca, dolori alla articolazione della mandibola, alle tempie, al collo e perfino alla schiena. Una interferenza nella chiusura corretta infatti

determina una sorta di inconscio tentativo di sistemare l'ostacolo mediante il digrignamento dei denti. Quando però non vi è un vero e proprio ostacolo, ma si tratta di un difetto di chiusura dei denti, rimane comunque lo stato di continua azione di aggiustamento dei muscoli della bocca. Ripristinando una chiusura corretta della bocca, invece, si ha anche il rilassamento dei muscoli e la scomparsa di certi dolori certo non collegati alla bocca.

Dottor Paoleschi, per concludere, una curiosità: recentemente a Taiwan è emerso che spalancare la bocca per addentare dei maxi hamburger si mettono a serio rischio le funzioni della mascella. È un problema di muscoli o può anche danneggiare i denti?

È soprattutto un problema muscolare, che, come si è detto, ha un'importanza fondamentale.



**IL PERCHÉ
LO SPIEGA
IL DOTT. CESARE
PAOLESCHI**



Dott. Cesare Paoleschi
Direttore Sanitario
Iris Compagnia Odontoiatrica

LE MIGLIORI TERAPIE RICOSTRUTTIVE

Altre volte abbiamo affrontato, sulla nostra rivista, l'implantologia. Vogliamo ritornare sull'argomento per la sua importanza perché sono sempre più frequenti i casi di "assenza di denti" (edentulia) parziale o totale dovuta a diverse cause. Scarsa igiene dentale che ha portato alla caduta in seguito a carie o altre patologie dentali non curate, trauma da incidente, cause congenite ecc.

Con l'implantologia – che ricostruisce tutto l'apparato dentale, dalla radice al dente artificiale – c'è la possibilità di esibire un bel sorriso. È una realtà molto interessante anche per coloro che vivono con disagio la dentiera, la quale, con protesi mobile, risulta spesso fastidiosa mentre si parla si ride o si mastica e non può offrire la stabilità e la comodità che si vorrebbe, senza pensare ai sensi di nausea che l'effetto ventosa sul palato e le paste adesive possono creare.

Precisione garantita con la chirurgia guidata

L'implantologia oggi si avvale di una tecnica innovativa che permette di eseguire gli impianti con la massima affidabilità: si tratta della chirurgia guidata, un sistema di perfetta pianificazione virtuale in fase preoperatoria minimamente invasivo. Il livello di precisione è assoluto e garantito da uno speciale software grazie al quale il chirurgo è in grado di programmare nel minimo dettaglio ogni singola fase; tale modello, infatti, indica i siti esatti dove inserire gli impianti direttamente nella gengiva, evitando tagli e punti ed è in grado di prevenire eventuali difficoltà che potrebbero sorgere,

ma soprattutto, si riducono al minimo gli eventuali problemi post intervento, quali gonfiori o dolori – a volte febbre – che di solito sono inevitabili dopo un intervento chirurgico. Al paziente basta un'ora di seduta, mentre il chirurgo ed il suo team, procedono con il lavoro mentre il paziente sta comodamente a casa, e... il gioco è fatto!

All-on 4 per un risultato immediato e veloce

La nuova generazione di impianti, la All-on 4, che significa tutto su quattro, è una procedura indicata per entrambe le arcate: superiore ed inferiore, oppure solo una delle due, che sono completamente prive di denti o per coloro che portano una protesi totale. Si chiama così perché, per la riabilitazione protesica dell'arcata, usa solo 4 impianti riducendo al minimo la chirurgia di trapianto normalmente prevista per le gravi carenze di osso. Le modalità di chirurgia variano in funzione di alcune particolari considerazioni,

ma in generale è possibile seguire la chirurgia transmucosa – attraverso un sofisticatissimo sistema di guida computerizzata grazie al quale gli impianti vengono inseriti senza incisioni dei lembi gengivali, sia con metodo convenzionale che comporta il rialzo del lembo della gengiva in corrispondenza delle aree operate. Molto importante è il fatto che, una volta inseriti, agli impianti viene temporaneamente ancorata una protesi acrilica fissa (solitamente di 12 denti) variabile tra i 4 e i 6 mesi durante i quali gli impianti si integrano biologicamente all'osso. Il che significa che il paziente può masticare a poche ore di distanza dall'intervento.

Al termine del periodo la protesi temporanea viene sostituita da quella finale che può essere realizzata, secondo la preferenza del paziente, in metallo ceramica o in acrilico.

Questo metodo, oltre a ridurre il numero di sedute, è consigliabile per l'affidabilità, il livello di eccellenza per praticità e precisione, la durata degli impianti, ed è adatta a qualsiasi età purché si sia in buone condizioni di salute.



**ATTRAVERSO
NUOVE E NON
INVASIVE TECNICHE**



ERNIA DEL DISCO? OGGI BASTA UN'INIEZIONE

Molte persone affette da ernie del disco sono terrorizzate dall'idea di sottoporsi ad un intervento chirurgico. Ma la ricerca scientifica fa ogni giorno passi da gigante e oggi è possibile curare molte forme di ernia del disco grazie ad

una sola iniezione di un gel quasi "miracoloso" che riduce l'ernia e rinforza il disco su cui essa si è sviluppata.

Questa sostanza che ha la consistenza di un gel è chiamata, non a caso, Disco-gel. Il Disco Gel è composto di sostanze semplici e naturali, come, l'etanolo che iniettato lentamente nel disco provoca un raggrinzimento dell'ernia e un

compattamento del disco. Il trattamento è semplice e può essere eseguito anche ambulatorialmente.



**MIGLIAIA DI PAZIENTI
TRATTATI. MIGLIAIA
DI PAZIENTI
SODDISFATTI**



Il dottor Daniele Gambacorta illustra i problemi e, soprattutto, le soluzioni



Dott. Daniele Gambacorta
Neuroradiologia interventistica Osp. Grosseto
Tel. 0564 462045 (centro Pegaso)
dangambacorta@gmail.com - www.ernia-del-disco.it

COME SI PROCEDE

Il procedimento si snoda attraverso le seguenti fasi:

- il paziente viene visitato da un medico esperto;
- 24 ore prima del trattamento inizia una profilassi antibiotica;
- il giorno del trattamento il paziente viene sottoposto ad una doccia antisettica;
- alla data e all'ora stabilita ci si reca in sala TAC attrezzata o in ambulatorio attrezzato e si fa adagiare il paziente su un apposito lettino; viene poi fatta una sedazione farmacologica per non far sentire alcun dolore;
- mediante TAC o mediante fluoroscopia si individua il disco bersaglio;
- il disco bersaglio è raggiunto con un sottilissimo ago che, come per un'iniezione intramuscolare, passa attraverso la cute integra;
- si iniettano allora nel disco pochi cc di discole, sempre sotto controllo TAC o radioscopico;
- si ritira l'ago e si applica un band aid;
- il Paziente resta qualche minuto sul lettino poi si alza e torna a casa;
- nei giorni successivi può iniziare piccole attività. Uscire, andare a comprare il giornale, fare piccole passeggiate;
- l'effetto non è sempre immediato, talora comincia a manifestarsi dopo 2.3 settimane e di questo va avvertito il Paziente;
- dopo un mese si effettua un controllo;
- l'iniezione di disco gel è rapida (3 minuti) indolore, incruenta, praticamente priva di rischi, non comporta demolizioni di osso e cicatrici, può essere ripetuta e non impedisce eventuali altri trattamenti;
- nei giorni successivi il Paziente può riprendere la normale attività quotidiana.

I REGALI DELLA STAGIONE

Per affrontare l'inverno ci vogliono più calorie delle altre stagioni, ma questo non deve creare un alibi per mangiare oltre il necessario, abbuffarsi di dolci o bere superalcolici per "vincere" il freddo. Ricordiamo che per un uomo che svolge un'attività fisica leggera (meno di 30 minuti al giorno) sono circa di 2.100, se svolge un'attività moderata (30 minuti di ogni giorno) consuma da 2500 a 2.700 calorie e con attività intensa (oltre 1 ora al giorno) da 3.000 a 3.500 calorie. Le necessità caloriche di una donna sono un po' diverse. In presenza di attività fisica leggera sono circa 1.800 calorie, con attività moderata 2000 calorie, con intensa da 2.400 a 2.800 calorie. Quindi è necessario stabilire una buona ed equilibrata dieta.

Ciò che ci preme rilevare però è la stagionalità degli alimenti. Oggi la globalizzazione dei mercati nel settore ortofrutticolo, il trasporto a distanze sempre maggiori dalle zone di produzione in tempi brevissimi che aumenta l'offerta ha eliminato la possibilità di riconoscere i prodotti di stagione. In ogni periodo dell'anno sono in vendita prodotti ortofrutticoli di ogni genere, provenienti dagli angoli più disparati del mondo. Ad esempio a Natale si trovano melone e ciliegie, a Pasqua l'uva, pere fresche a marzo, tutti prodotti che creano

sicuramente confusione perché il consumatore non apprezza più la "primizia", né la produzione locale. Il consumatore rischia di perdere la percezione del concetto di stagionalità delle produzioni, che, invece, è determinante conoscere per poter apprezzare il prodotto locale fresco, con tutte le sue caratteristiche peculiari positive, anche dal punto di vista salutistico.

Nei mesi dicembre-gennaio si raccolgono gli ortaggi autunnali ed invernali, quindi possiamo portare sulla tavola tutti i tipi di cavolo: dal broccolo, a quello di Bruxelles, dal verza, al cavolfiore, al tipico cavolo nero toscano, il cui gusto migliora dopo le prime gelate. Così come è il periodo di bietola, spinaci, porri, cicorie, indivie ricce, indivie scarole e valeriana, carote, ravanelli, finocchi, cime di rapa, carciofi e cardi.

Lo stesso vale per la frutta. È il periodo delle arance e degli altri agrumi, dei melograni, delle castagne, di cachi e kiwi, mentre mele, pere o frutta secca sono conservate. Tutti gli altri frutti provengono da lontane parti del mondo.

La stagione ci regala una ricca varietà di frutta e verdura, non solo gustosa e fresca, ma anche ricca di vitamina C, necessaria per affrontare al meglio i malesseri invernali, approfittiamo, quindi della "saggezza" della natura.



È il periodo di verdura e frutta ricchi di vitamina C





VITAMINA D

UNA SUPERPILLOLA, SOLO 3 ALL'ANNO

Per chi soffre di deficit ormonale, un nuovo, rivoluzionario metodo di cura

Si può garantire all'organismo un'opportuna iniezione di vitamina D, l'ormone vitale per la salute delle ossa, con una sola superpillola ogni 3-4 mesi, invece della tradizionale dose quotidiana raccomandata soprattutto agli anziani a rischio di fratture e alle donne in menopausa.

Negli ultimi anni sono aumentate le segnalazioni scientifiche che associano la deficienza di vitamina D - già responsabile di numerosi sintomi come il dolore e la debolezza muscolare - con lo sviluppo di alcuni tipi di tumori e di molte malattie croniche. La ricerca è stata condotta su un doppio campione: da un lato un gruppo di persone anziane gravemente carenti di vitamina D; dall'altro un gruppo di soggetti giovani con deficit dovuti essenzialmente a scarsa esposizione al sole (come noto, i raggi ultravioletti sono la fonte principale attraverso cui il nostro organismo produce l'ormone). In entrambi i gruppi il trattamento con una sola alta dose di vitamina D3 si è rivelato efficace e sicuro per contrastare rapidamente tutte le alterazioni metaboliche conseguenti alla carenza di vitamina D.

La notizia dei risultati dello studio realizzato all'Università 'Sapienza' di Roma dall'équipe del professor Salvatore Minisola, il presidente della SIOMMMS (Società italiana dell'osteoporosi, del metabolismo minerale e delle malattie dello scheletro) è stata pubblicata sulla rivista scientifica *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*.

La dirigente medico del Policlinico Umberto I e coautrice dello studio, Elisabetta Romagnoli spiega: "Questo metodo permette di soddisfare pienamente quanti soffrono di deficit ormonali più o meno importanti e quanti, per motivi vari, non si espongono abitualmente al sole. Si tratta, in altri termini, della più valida alternativa alla produzione naturale di vitamina D. Molto frequente negli anziani, la carenza di vitamina affligge infatti sempre più spesso anche la popolazione giovane-adulta, per lo più a causa di un'esposizione solare non sufficiente".

L'efficacia di questa nuova terapia, aggiunge, è riscontrabile anche nei suoi effetti a lungo termine: "Abbiamo infatti la possibilità di somministrare la vitamina D con intervalli di alcuni mesi tra una dose e l'altra, giacché i livelli nel sangue restano più o meno costanti per l'intero periodo. I vantaggi sono evidenti: per chiunque, a qualunque età, è molto più comodo prendere un farmaco 3 o 4 volte all'anno, piuttosto che tutti i giorni".

FOCUS

LA FRAGILITÀ SOTTOSTIMATA NON SI VEDE...

Perché parliamo di osteoporosi? Perché è una patologia che attrae poca attenzione, se si esclude il 20 ottobre in occasione della Giornata mondiale di prevenzione e informazione, anche se nella classifica dell'Oms per diffusione è seconda e segue solo i disturbi cardiovascolari. Gli italiani affetti da osteoporosi sono 5 milioni (in maggioranza donne dopo la menopausa) che costano al Sistema sanitario nazionale un miliardo di euro.

È una malattia sottostimata (e sottofinanziata) perché, anche se c'è, non si vede. Solitamente si scopre quando subentra una rottura: un braccio, un polso, l'anca, il femore, le costole o una vertebra. L'osteoporosi, infatti, è caratterizzata da una ridotta massa ossea e dal deterioramento della microarchitettura per la riduzione della componente minerale e proteica dell'osso e dall'infiammazione di una zona dello scheletro.

I principali fattori di rischio sono il ridotto picco di massa ossea, la menopausa precoce o indotta chirurgicamente (quando si manifesta uno squilibrio fra riassorbi-



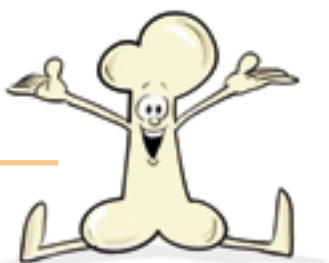
RICERCHE PER BATTERE L'OSTEOPOROSI

UNO STUDIO INGLESE SCOPRE CHE LE COME QUELLE DEGLI ARTI PERCHÉ SO

La chiave per prevenire e curare l'osteoporosi potrebbe nascondersi nelle ossa del cranio. È quanto suggeriscono i risultati di una ricerca condotta da una équipe della Queen Mary University di Londra e adesso pubblicata dalla rivista *PLoS ONE*.

La ricerca, spiega Minisola, docente di Medicina Interna all'Università "Sapienza" di Roma e Presidente della SIOMMMS, smentisce in particolare la convinzione che le ossa siano tutte uguali, dimostrando appunto che tra quelle del cranio e quelle del resto del corpo esistono differenze sostanziali. Da uno studio delle cellule prelevate da cavie di laboratorio, i

ricercatori inglesi hanno documentato, in quelle del cranio, un comportamento radicalmente diverso rispetto alle altre ossa oltre 1200 geni, ossia di circa il 4 per cento circa dell'intero genoma. Questa differenza potrebbe essere all'origine di un fenomeno ben noto: senza un continuo esercizio fisico e uno stile di vita adeguato, le ossa degli arti diventano sempre più fragili e suscettibili alle fratture con il passare degli anni. Al contrario, senza alcun bisogno di allenamento le ossa del cranio restano solide e compatte anche negli anziani, comprese le donne che, come si sa, dopo la menopausa sono più esposte



OSSEA, TA PERCHÉ

mento e formazione ossea), la magrezza, l'età avanzata, periodi di amenorrea, l'anoressia nervosa, la scarsa assunzione di calcio con la dieta, l'uso di farmaci come



cortisonici e anticonvulsivanti, i bassi livelli di testosterone nei maschi, lo stile di vita sedentario, il fumo di sigaretta, l'abuso di alcol, la storia familiare di osteoporosi. L'osteoporosi, quindi, è una patologia da non sottovalutare. La sua presenza si può rilevare con semplici e sicuri esami: prelievo di sangue, lastra e Moc. e, sebbene in commercio siano disponibili farmaci mirati, la prevenzione è indispensabile.

Tuttavia, seguendo una dieta di alimenti ricchi di calcio (latte e derivati, carne rossa, pesce, broccoli, frutta secca) e di vitamina D (pane e pasta, pesce, uova, fegato) essa può essere prevenuta; ridurre il consumo di caffè, zucchero e sale, ovviamente di alcol, ed evitare di fumare, sono le indicazioni più adatte. Molto importante è abituarsi ad uno stile di vita che comporti l'esposizione alla luce del sole, e ad un'attività fisica moderata e costante.

In queste pagine riportiamo alcune notizie delle più recenti ricerche e novità.

OSSA DEL CRANIO NON INVECCHIANO NO GENETICAMENTE DIVERSE

all'osteoporosi.

“La scoperta dei colleghi inglesi è senz'altro importante”, spiega Minisola, “Al momento sappiamo che la nostra struttura ossea è condizionata dai geni per circa il 75%. D'altra parte, fattori ambientali rilevanti sono l'alimentazione e gli stili di vita. Studi sui gemelli ci dicono infatti che, a parità di patrimonio genetico, chi dei due riceve fin da piccolo maggiori dosi di calcio e vitamina D sviluppa una massa ossea più compatta e resistente”.

Grazie allo studio della Queen Mary University, aggiunge, adesso ne sappiamo certamente di più sulle modalità di invecchiamento del tessuto osseo in

diversi segmenti dello scheletro e sui meccanismi attraverso cui si genera l'osteoporosi.

“Probabilmente”, suggerisce Minisola, “questi risultati aprono un nuovo scenario che consentirà di capire ancora più a fondo questa malattia, come curarla e come prevenirla. Si deve tuttavia sottolineare come la ricerca sia ancora allo stadio iniziale e richieda molte verifiche. Se ne possono comunque ipotizzare alcune potenziali interessanti ricadute: in caso ad esempio di frattura femorale, la possibilità di iniettarvi una cultura di cellule staminali craniche per aumentare la resistenza del callo osseo”.

BENVENUTI MISTER BONE E OSTEOLINK

Due modi innovativi per affrontare una patologia dilagante

I ragazzi sono tutti potenzialmente a rischio osteoporosi, forse per il poco consumo di calcio e di vitamina D, forse perché fanno poca attività fisica. F.I.R.M.O ha ideato e sostenuto un programma di educazione alimentare che ha tutti i requisiti della prevenzione. È stato lanciato un anno fa all'Istituto Ghiberti di Firenze, ha coinvolto 211 alunni delle 4° e 5° elementare che hanno realizzato anche un e.book “Il libro di Mister Bone”, cioè un modo diverso e divertente di diffondere la cultura della corretta alimentazione per la salute dell'osso. Mr. Bone è raffigurato da un allegro ossicino antropomorfizzato e sostenuto da Amgen Dompé, sviluppato con una serie di divertenti fumetti, test, quiz, libri e giochi anche via web (www.misterbone.it).

Un primo esame della ricerca sulle abitudini alimentari, condotta dall'équipe dell'endocrinologa Maria Luisa Brandi, presidente della Fondazione F.I.R.M.O. conferma che i ragazzi consumano normalmente poco calcio (900 milligrammi al giorno contro i 1100-1200 consigliati per l'età) e poca Vitamina D (circa 4 microgrammi rispetto ai 10 suggeriti).

“Crescere con le ossa sane”, spiega la professoressa Brandi, “equivale ad allontanare il pericolo di ammalarsi di osteoporosi da adulti. Ma Mister Bone e Osteolink servono anche ad informare una classe medica che in tema di patologie delle ossa dimostra non di rado ignoranze preoccupanti”.

La necessità di uno strumento nuovo, facile ed efficace è emersa con chiarezza da una recente indagine condotta dall'International Osteoporosis Foundation (IOF) in 13 paesi (Francia, Germania, Italia, Spagna, UK, Austria, Belgio, Ungheria, Grecia, Paesi Bassi, Svezia, Svizzera e Australia) su pazienti (844 donne con più di 55 anni colpite da osteoporosi postmenopausale) e medici (837).

Per l'Italia hanno partecipato 80 donne e 80 specialisti.

I risultati hanno messo in evidenza che i pazienti temono i possibili effetti dell'osteoporosi sulla loro qualità di vita molto più di quanto credano i medici e che mancano le informazioni e gli strumenti adeguati per fronteggiare tali preoccupazioni e quindi per avere un'efficace gestione dell'osteoporosi.

L'osteoporosi non va sottovalutata anche per i costi sociali e sanitari che comporta e non solo legata alle spese farmacologiche. Le conseguenze cliniche sono notevoli: dall'invalidità transitoria o permanente alla mortalità precoce, alla cura e riabilitazione. Per la parte chirurgica che necessita sempre il ricovero in ospedale: rotture di femore (oltre 78mila ogni anno con conseguente mortalità entro un anno di circa 15/20%), tibia, polsi, la spesa è di un miliardo e 500 milioni ogni anno. Ma anche la terapia farmacologia diretta a ridurre il rischio va seguita secondo la prescrizione. È stato infatti rilevato che gran parte dei pazienti, probabilmente per il fatto che la malattia non dà sintomi e quando non si vede il beneficio immediato, si sospende la cura invalidando così il periodo di terapia iniziato.

Se Mr. Bone è per la prevenzione fin dai banchi di scuola, Osteolink è l'altro interessante progetto di tipo Facebook per la gestione dell'osteoporosi, creato con lo scopo di informare i pazienti, per avere a disposizione, in qualsiasi momento, tutte le informazioni necessarie, per rafforzare le proprie relazioni e possibilmente costruirne altre con l'unico obiettivo di preservare al meglio la salute delle proprie ossa. Due modi innovativi per affrontare una patologia dilagante (oltre 5 milioni i malati nel nostro Paese).

SCONFIGGERE LA PAURA DEL DENTISTA



La cura migliore è quella di avere una buona esperienza con il dentista



Quante sono le persone che “odiano” andare dal dentista? Molte. Si tratta dell'odontofobia o ansia dentale, ovvero un'emozione che si configura come una paura irrazionale derivata probabilmente dalla particolarità degli strumenti utilizzati che indubbiamente possono rappresentare stimoli ansiogeni come la siringa per anestesia con l'ago lungo

o il trapano rumoroso. Le mani sudano ed il battito cardiaco aumenta di corsa, appena si pronuncia la parola: dentista. Ma tanti che soffrono di questa patologia non riescono a sostenere nemmeno l'idea di sottoporsi ad una seduta di semplice controllo. Un vero incubo che rappresenta una vera e propria malattia, riconosciuta anche dall'Organizzazione Mondiale della Sanità che stima gli odontofobici intorno al 15-20% della popolazione.

Di conseguenza, troppo spesso, per evitare questa paura si rimanda, andrò domani e poi domani e domani ancora e ci si aggrappa a terapie antibiotiche o antidolorifiche. E nel frattempo la situazione dentale si aggrava, anche dal punto di vista della masticazione e dell'estetica, e peggiora poi l'intervento quando proprio non se ne può più fare a meno.

Se non si affronta questo disturbo per risolverlo definitivamente attraverso tecniche di yoga o di

psicologia, è importante avvisare il medico che si soffre di ansia dentale, per dargli modo di organizzare la cura di conseguenza, di prendere tempo per spiegare e fare pause durante il trattamento. In alcuni casi può venire in aiuto un blando sedativo, ma oggi è anche possibile ricorrere alla sedazione che, ovviamente richiede

il supporto in studio di un anestesista con funzioni di controllo e monitoraggio delle funzioni vitali. Sedazioni che possono essere più o meno profonde e che rendono il paziente tranquillo ma cosciente, in uno stato di sonno rapidamente risvegliabile.



UNA PATOLOGIA RICONOSCIUTA ANCHE DALL' ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITÀ CHE STIMA GLI ODONTOFOBICI INTORNO AL 15-20% DELLA POPOLAZIONE



La cura migliore poi è quella di avere una buona esperienza con il dentista. La fiducia nel dentista è tutto. E la fiducia si costruisce quando il dentista ha la cultura della professionalità, quando nel suo studio le attrezzature sono moderne, quando usa le tecniche più evolute e veloci, quando si radica nella propria mente la certezza di essere seguiti e assistiti nel modo migliore senza lasciare nulla all'improvvisazione.

Se però si capisce l'importanza di avere una bocca sana e curata e quanto questo torna utile col passare del tempo, bisogna abituare alle visite dal dentista i bambini, già dalla più tenera infanzia, così sparisce anche la paura, una volta cresciuti.

RITROVARE UN DOLCE MOMENTO

La nostra quotidianità ci porta a correre dividendoci tra casa, famiglia, lavoro e ciò mette a dura prova l'equilibrio psicofisico di ciascuno. Per recuperare questo sforzo ci viene incontro un tipo di ginnastica che si può svolgere sia in palestra (dietro la guida di un istruttore), sia all'aperto (anche per proprio conto) – come

in Cina dov'è molto praticata da tempo -. È la ginnastica dolce, un esercizio soft, ovvero una serie di movimenti lenti, graduali, precisi

e ripetuti, associati a particolari tecniche di respirazione che aiutano a prendere consapevolezza del proprio corpo ed a controllarlo in maniera dolce e leggera con piegamenti e stretching. Studiata per le persone sedentarie, gli anziani e per coloro che hanno problemi di tipo ortopedico e non possono praticare gli sport tradizionali o eccessivi sforzi.

È ormai assodato che l'attività motoria fa bene specie per il recupero delle energie, la ginnastica dolce è un allenamento completo che al beneficio fisico e ad una postura corretta unisce quello mentale e psicologico. Punta su due fattori che fanno stare meglio: l'efficienza fisica e l'aspetto estetico perché si attenuano le tensioni e lo stress e, se affrontata con regolarità, migliora l'umore, la concentrazione, la prontezza di riflessi, l'equilibrio, e aumenta anche la fiducia in se stessi. Se poi si pratica in gruppo favorisce la so-

cializzazione ed il contatto tra le persone, creando nuove amicizie. Ci sono studi che dimostrano quanto l'esercizio fisico sia un "farmaco naturale" non solo per la prevenzione di patologie dell'apparato cardiovascolare (ipertensione arteriosa, dislipidemie ecc.), ma anche dell'apparato osteomuscolare e dismorfismi/paramorfismi del rachide.

Un altro aspetto è legato alle cadute, soprattutto degli anziani, che provocano nella maggior parte dei casi (51%) l'inabilità permanente.

Anche in questo ambito l'attività motoria mostra i suoi effetti positivi, prevenendo l'ipocinesia (patologia provocata dalla riduzione o assenza di attività fisica).

L'abbigliamento non è impegnativo, ma deve essere in fibra naturale e a strati.



CON LA
"GINNASTICA DOLCE"
SI RICARICANO
LE BATTERIE...



È sufficiente una maglietta con maniche corte, una felpa, un giubbotto. Quando fa freddo ci si può riscaldare indossando il giubbotto e, una volta salita la temperatura corporea, eliminare i capi pesanti. È consigliato non alleggerirsi troppo e rivestirsi subito alla fine dell'esercizio.





Quando la natura
non è generosa
interviene la tecnica



DENTI PERFETTI

Le faccette: provare per credere!

Il desiderio di tanti, quello del sorriso perfetto, oggi è possibile. Quando la natura non è generosa interviene la tecnica. Ci riferiamo all'odontoiatria estetica che riesce a restaurare i denti: si chiamano "faccette". Sono sottilissime lamine, sottilissime conchiglie di porcellana che vengono incollate ai denti per migliorare l'aspetto in modo davvero radicale, coprire denti macchiati o scheggiati. Sono una valida alternativa alle corone e garantiscono risultati migliori delle otturazioni bianche.

Per l'applicazione sopra i denti naturali – che a volte non richiede neppure la limatura dei denti - bastano pochi appuntamenti dal dentista. Non richiedono una manutenzione particolare ma l'uso quotidiano di spazzolino e dentifricio, filo interdentale, scovolino, sciacqui. Esattamente lo stesso trattamento della normale igiene orale.

Il risultato finale non solo è esteticamente perfetto, ma è anche solido e durevole nel tempo, in media 10 anni!

Sorridere in bianco

Avere un sorriso brillante e luminoso è facile, basta recarsi dal dentista e farsi consigliare il trattamento più idoneo alle proprie caratteristiche. Il colore naturale dei denti varia da persona a persona, c'è chi li ha sul tono del grigio, chi sul giallo.

Ma il colore cambia anche con l'età, con il fumo, con il consumo di bevande che, spesso, li macchiano.

Oggi le opzioni disponibili sono diverse, si può anche ricorrere a certi dentifrici o gomme da masticare, ma la loro efficacia è ridotta alle macchie superficiali. Per ottenere risultati efficaci è sufficiente sedersi comodamente sulla poltrona del dentista per un'ora circa. I denti vengono trattati con un gel e una fonte di luce: si libera l'ossigeno che agisce sul colore dei denti senza alcun altro intervento. Quando ci si alza dalla poltrona, i denti hanno raggiunto fino a 9 gradi di tonalità media di miglioramento... e tutto in un'unica seduta.

Anche i denti nell'organizzazione del matrimonio

Presto sposi: che stress! C'è molto da organizzare e mille cose cui pensare e allora aggiungetene una che si può anticipare anche di due mesi: garantirsi un sorriso smagliante.

Esistono, infatti, piccoli, indolori e non invasivi trattamenti estetici che, con un minimo di pianificazione, danno risultati eccezionali.

Quando la dentatura non è perfetta, fino a due mesi prima si può intervenire con le faccette; ad un mese dal fatidico sì è possibile effettuare un intervento di ricostruzione in caso di piccole fratture o fessurazioni. E addirittura a due settimane prima del grande giorno si può effettuare un trattamento d'igiene professionale che è alla base del buon mantenimento di qualsiasi trattamento odontoiatrico ed è il punto più importante della prevenzione della carie e della malattia parodontale. Se poi si arriva praticamente alla vigilia ecco lo sbiancamento professionale che garantisce risultati straordinari.

SUL LUPUS ERITEMATOSO SISTEMICO CONTINUA LA RICERCA

Il Lupus eritematoso sistemico (LES), la malattia del sistema immunitario che provoca la sintesi di anticorpi diretti contro diverse strutture e cellule dell'organismo (globuli rossi e bianchi del sangue, pelle, fegato e soprattutto rene) con effetto distruttivo, e considerata sino ad alcuni decenni fa come una malattia mortale, può, forse, essere sconfitto.

Il LES, malattia che una volta insorta persiste per tutta la vita e si cura solo con pesanti e importanti terapie, senza tuttavia ottenere mai una completa guarigione, ma solo una condizione di inattività clinica della stessa, è stato oggetto di discussione al 51° Congresso nazionale di nefrologia, svolto nell'ottobre scorso a Rimini.

Attualmente viene curato con farmaci come il cortisone e gli immunosoppressori (gli ultimi utilizzati per curare i tumori). Questi ultimi controllano bene la malattia, ma al costo di una lunga serie di effetti collaterali talora di rilevanza importante (diabete, osteoporosi grave, tumori) per lo stato di benessere del paziente, già portatore di una grave cronica malattia.

“La ricerca - ha raccontato il presidente del Comitato scientifico del Congresso, Alessandro Amore - ha chiarito alcuni punti dello sviluppo di questa malattia, che colpisce preferibilmente giovani, soprattutto donne e alcune popolazioni. Oggi, oltre ad un probabile terreno genetico predisponente, grazie alla scoperta di fattori epigenetici (non appartenenti al DNA) è stato chiarito che alcuni fattori ambientali giocano un ruolo importante, tra questi batteri e virus che modificano la risposta del-

le cellule immunitarie e la rendono nociva all'organismo stesso”.

Nella presentazione della ricerca è stato discusso, come era già noto (anche se solo empiricamente), che il sole può condizionare non solo la gravità della malattia ma anche indurre ricadute con necessità di aumentare il dosaggio dei farmaci utilizzati. Gli esperti hanno illustrato come agire sui fattori esterni all'organismo, per contenere lo sviluppo della malattia, ma soprattutto per evitare l'impiego a lungo termine di terapie così impegnative e dannose.

I massimi studiosi italiani del LES hanno fatto poi luce sulle attuali terapie e prospettive terapeutiche e gestionali realizzabili in un futuro prossimo che sembra essere molto vicino.

Dalla sede congressuale è emerso quanto sia importante diffondere le attuali conoscenze a livello capillare in modo da infondere speranza a tutti i pazienti portatori di questa



grave e socialmente debilitante malattia. Numerosi studi hanno mostrato che i pazienti che vengono informati e che partecipano attivamente nella cura della loro patologia hanno meno dolore, si recano meno dal medico e rimangono più attivi.

Anche una regolare igiene dei denti permette di evitare infezioni potenzialmente dannose. Se un paziente è in terapia con corticosteroidi o antimalarici, è bene che effettui un esame agli occhi almeno annualmente.



TANTE ECCELLENZE MEDICHE IN UN'UNICA STRUTTURA

- ODONTOIATRIA
- IMPLANTOLOGIA
- TRATTAMENTO DEI CASI COMPLESSI
- LASER PER LA CURA DELLE GENGIVE
- ORTODONZIA ESTETICA E INVISIBILE
- INTERVENTI IN ANESTESIA GENERALE
- INTERVENTI DI CHIRURGIA MAXILLO FACIALE
- ECOGRAFIA
- MEDICINA ESTETICA
- CHIRURGIA PLASTICA
- CHIRURGIA DELLA MANO
- AUDIOMETRIA
- NATUROPATIA
- PREVENZIONE
- GINECOLOGIA
- FISIOTERAPIA
- PEDIATRIA
- PODOLOGIA
- DERMATOLOGIA
- OSTEOPATIA

Viareggio non è solo famosa per il suo storico Carnevale. Nel suo centro storico troviamo gli Studi Medici Vecchia Viareggio dove si incontrano i migliori professionisti di tante specializzazioni mediche: dall'odontoiatria più evoluta alla chirurgia estetica e maxillofaciale; dalla dermatologia all'audiometria; dall'oculistica al nutrizionismo; dalla ginecologia alla psicologia.

Tutti questi specialisti sono a disposizione in un unico poliambulatorio, una struttura di ultimissima generazione. Qui - in via Vittorio Veneto, 34 - è presente una vera e propria unità chirurgica, a disposizione degli specialisti, dotata di un'attrezzata e moderna sala operatoria abilitata per

interventi chirurgici ambulatoriali di chirurgia generale (dermatologica, ortopedica, plastica e ricostruttiva, impiantare e parodontale) in anestesia locale, locoregionale o generale. Insomma in un unico punto c'è la possibilità di trovare i migliori professionisti e le più moderne tecnologie disponibili sul mercato, dove personale medico ed infermieristico professionale forniscono al paziente tutta l'assistenza necessaria fino alla dimissione.

Non è secondario, dunque, pensare che, recandosi presso gli studi Medici Vecchia Viareggio, c'è la possibilità di trascorrere l'eventuale "degenza" in una delle città turistiche più amate.

NOTIZIE IN PILLOLE

LA MEDICINA LASER NEL MONDO DA 50 ANNI

Si è tenuto in novembre a Firenze l'edizione 2010 di "Laser Florence", il congresso sulla medicina laser organizzato dalla IALMS (International Academy Laser Medicine & Surgery), fondata a Firenze nel 2000 e presieduta dal dottor Leonardo Longo, medico chirurgo specialista e docente universitario di Laser Medicina a Siena e San Marino, nonché ricercatore presso diverse università in tutto il mondo e autore di decine di articoli scientifici pubblicati su riviste internazionali.

Al congresso hanno partecipato oltre duecento scienziati provenienti da circa 40 Paesi dei cinque continenti che, alla presenza di molti dei più importanti pionieri mondiali del settore, hanno presentato la rassegna aggiornata dell'impiego dei laser in ambiti della medicina dove ormai sono entrati nella routine e i dati sulle applicazioni ancora in fase di sperimentazione. Per l'occasione hanno anche

festeggiato una data molto importante: il cinquantesimo anniversario della scoperta del laser, che avvenne il 16 maggio 1960.

Il laser si dimostra sempre più uno strumento di cura applicabile in un'enorme gamma di ambiti, anche molto diversi fra loro: dall'oncologia alle malattie croniche degenerative e a quelle del sistema immunitario; dalle lesioni traumatiche cerebrali e del midollo spinale alle ernie del disco, al diabete e alla sindrome da menopausa, fino alle nuove applicazioni tecniche in odontoiatria.

ATTENZIONE ALLA MASCELLA!

In questo periodo, a Taiwan, vanno di moda gli hamburger giganti. Panini gustosi, ma che per addentarli obbligano a spalancare la bocca per otto centimetri. Un'estensione che mette seriamente a rischio le funzioni della mascella. Deleterio, quindi, e non solo per il colesterolo...

DENTI DA LATTE E TOPOLINI



Chi non ricorda quando da bambini i denti da latte cominciarono a tentennare e cadere - primo passo per diventare grandi -, i genitori raccomandavano di nasconderli dietro una porta o di metterli su un davanzale. Lì sarebbe passato un topolino e in cambio avrebbe lasciato una moneta al piccolo "sdentato". Se molti conoscono la storia del topolino che dà un soldino al bambino in cambio di un dente di latte, altrettanti ignorano l'origine di questa simpatica tradizione che viene da lontano e si rivela universale poiché attestata un po' dappertutto nel mondo. Mentre all'inizio il dente veniva dato ai roditori in cambio della promessa di denti migliori per il bambino, nella forma moderna è il topo che prende sopravvento per suo conto e lo rimpiazza con una monetina. Secondo i principi della magia omeopatica una credenza analoga ha dato vita a pratiche destinate a rimpiazzare i vecchi denti

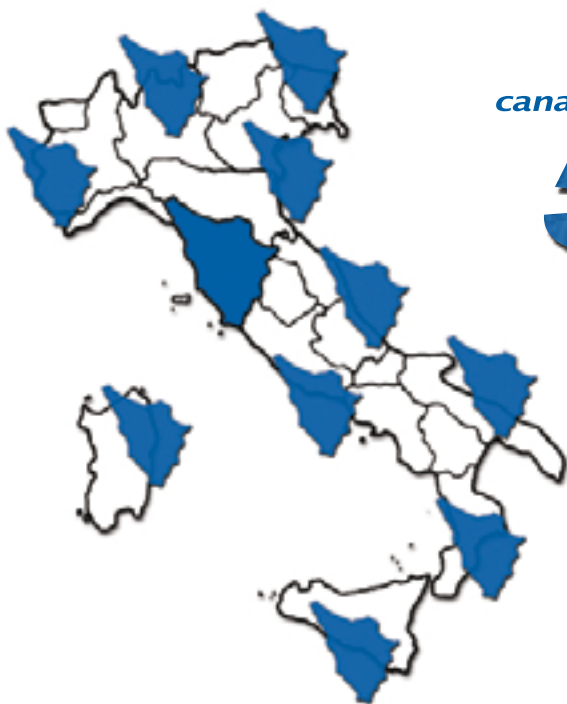
con denti nuovi e in migliore stato. In molte parti del mondo, infatti, è usanza mettere i denti strappati in qualche buco di topo; si spera così che, grazie alla "simpatia" che sussiste tra i denti e il loro antico possessore, i nuovi denti che spuntano possano essere buoni e solidi come quelli dei roditori. Sotto forme diverse l'elemento comune sta nella richiesta al roditore, famoso per la solidità dei suoi denti, di trasferire ai nuovi denti forza e potenza.

In Germania, una massima accompagna il gesto rituale del collocare o lanciare un dente: "Topino (Zahnfee), dammi il tuo dente di ferro, io ti darò il mio dente d'osso" oppure "topino, ecco il vecchio dente, dammene uno nuovo". E già nell'antico Messico i genitori si preoccupavano di mettere il dente - che i bambini chiamano semplicemente el raton - presso il buco di un topo convinti di ottenere così per i propri figli un'ottima dentizione.

L'usanza attraversa tutte le popolazioni. In alcuni paesi di lingua spagnola esiste il ratoncito Pérez o raton de los dientes, in Catalogna i dentini sono affidati a piccoli angeli chiamati els Angeletes; in Francia assumono l'elegante Petit souris; mentre nei paesi anglofoni e nordici diventa una fatina chiamata Tooth fairy in inglese e Tannfe in norvegese ed in Irlanda è un personaggio chiamato Annabogle. In alcune parti della Scozia il compito di portare i soldini è affidato ad un topo-fatina bianco che acquista i denti da latte. Fatina e topino coesistono anche nella regione bilingue del Québec.

La storiella del topino si racconta ancora dopo molto tempo, ma una cosa è certa: i dentini che spesso cadevano durante i giochi "a lotta" fuori casa, se cadono o si spezzano oggi, prima di metterli a disposizione dei topolini - con le dovute attenzioni e il giusto dentista - si possono recuperare.

Italia 7 porta la Toscana in tutta Italia



canale
597 sky



www.italiasette.it

FIRENZE Centro

Viale A. Gramsci, 12 Tel. 055 289891

**FIRENZE Novoli**

Via O. Vecchi, 105 Tel. 055 4223940

**SCANDICCI (FI)**

Via Manzoni, 41/43 Tel. 055 2579404

**MONTELUPO FIORENTINO (FI)**

Piazza dell'U. Europea, 9/10 Tel. 0571 542791

**SAN GIOVANNI VALDARNO (AR)**

Via Sante Tani, 15 Tel. 055 940753

**NUOVA APERTURA****PRATO**

Via F. Brunelleschi, 1 Tel. 0574 571098

**PONTEREDERA (PI)**

Via Mazzini, 95/97 Tel. 0587 58314

**VIAREGGIO (LU)**Studi Medici Vecchia Viareggio
Via V. Veneto, 34 Tel. 0584 941670**SORRISI
& SALUTE**Reg. Trib. di Firenze n° 5672
del 11/09/2008Editore EDIMEDIA srl
Via Volturmo 10/12 A - 50019 Sesto F.no
tel. 055340811 - fax 055340814Direttore Responsabile
Carla FranconeDirettore Scientifico
dott. Cesare PaoleschiHanno collaborato a questo numero
dott. Daniele Gambacorta,
sig.ra Bernadette Pili

Stampa Industria Grafica Valdarnese

Tiratura 20000 copie

© copyright 2008
Tutti i diritti riservati

PER UN SORRISO A PROVA DI BACIO

**IGIENE PERFETTA
A SOLO 45 euro****SBIANCAMENTO
CON LUCE AL PLASMA
A SOLO 150 euro****+ Applicazione del brillantino al dente GRATUITA****348 2719607
PER URGENZE**www.compagniairis.itNumero Verde
800 19 84 19