

ODONTOLATRIA

L'estetica del viso dal dentista

Nunzio M. Tagliavia

Sono diversi i motivi perché l'odontoiatra - meglio se anche medico chirurgo - si occupi anche di medicina estetica del viso. Il primo motivo (molto importante) è dato dalla normativa vigente, che autorizza l'odontoiatra a eseguire anche trattamenti di correzioni estetica in gran parte del viso. Un altro motivo è dato dal fatto che il dentista ha una visione integrata della zona bocca e viso, che difficilmente si riscontra in altri specialisti. Ci sono altri motivi da tenere presente, anche questi molto importanti, per esempio la notevole manualità dell'odontoiatra, abituato a operare di continuo in uno spazio ristretto, quale è la cavità orale. E relativamente a questo, la consuetudine a praticare anestesie nella stessa cavità; molto utili ad aumentare il comfort del paziente durante questi trattamenti. Nell'ambito della medicina estetica per il volto i trattamenti più importanti sono a base di filler e di botulino. I filler sono indicati per ridare

re sostegno volumetrico e per la riduzione delle rughe. Il botulino, causando un'azione di stiramento dei tessuti, è più indicato per le rughe, e secondariamente per il sostegno volumetrico. I filler moderni sono a base di acido ialuronico e sono i trattamenti più utilizzati e più affidabili, dal punto di vista dei risultati estetici e per la loro tollerabilità per l'organismo, a differenza del botulino che, se utilizzato scorrettamente, può creare seri danni, e non di rado reazioni allergiche. L'acido ialuronico è il componente base del connettivo dei tessuti e, utilizzato in diverse concentrazioni, ha proprietà di aumento di volume dei tessuti con riduzione dell'effetto "caduta". Lo stesso effetto volumetrico è sfruttabile per la riduzione delle rughe. Sconsigliati i filler a base di silicone o altri componenti non riassorbibili. Inoltre, possiamo anche affermare che questi tipi di trattamento sono una valida alternativa alla chirurgia estetica, sia dal punto di vista

dell'invasività e sia dal punto di vista economico. Si raccomanda poi molta attenzione su chi pratica questi trattamenti. Si ricorda che solo un laureato in medicina o in odontoiatria può effettuare, mentre sono tassativamente esclusi gli estetisti o simili. Per concludere, possiamo brevemente dire che non ha più senso oggi recuperare un'estetica dentale senza migliorare il viso, o migliorare il viso tralasciando l'estetica dentale. Il medico dentista si dimostra quindi uno dei professionisti più adatti a questo compito. Se avete ulteriori domande l'autore di questo articolo sarà lieto di approfondire l'argomento con voi.

Dottor Nunzio M. Tagliavia, medico chirurgo odontoiatra, via Luigi Mainoni d'Intignano 17/a - 20125 Milano 02.6424705 - 329.4339539 - info@dentistalowcost.it - www.dentistalowcost.it.

NATURA E SALUTE

Sconfiggi le intolleranze e perderai peso

Paola Chilò

Fin dai tempi antichi Ippocrate, padre della medicina, si accorse che con l'introduzione quotidiana di alcuni cibi comuni, quali ad esempio il latte vaccino, vi erano sull'organismo alcuni effetti negativi secondari che si presentavano a distanza di tempo. Dunque, l'osservazione di tali fenomeni gli fece dedurre che alcuni alimenti andavano evitati periodicamente per mantenere il benessere e la salute della persona. Egli studiava le reazioni e i cambiamenti psicofisici che avvenivano negli individui dopo aver mangiato. Appartiene infatti ad Ippocrate la frase: "Fa che il cibo sia la tua medicina e che la medicina sia il tuo cibo". Mai come ora assistiamo a un aumento delle intolleranze alimentari e parallelamente ad un incremento del problema sovrappeso ed obesità. Esiste infatti una larga fetta di popolazione che pur non

soffrendo di fame nervosa, stando anche attenta a non alimentarsi con "cibi spazzatura" e facendo oltremodo attività fisica non riesce a dimagrire. La causa, escludendo fattori di origine endocrinologica, va ricercata in una possibile intolleranza a sostanze che diventano vere e proprie "nemiche". Quando è presente questa condizione, l'alimento incriminato crea uno stato infiammatorio latente e perenne dell'intestino, producendo tossine e liquidi in eccesso e provocando una stasi del materiale di scarto. Tale stato innesca un circolo vizioso di aumento del processo infiammatorio in corso, con il conseguente innalzamento sia dell'insulina che del cortisolo. Ciò induce a mangiare di più, a gonfiarsi e a stipare l'adipe come riserva energetica. È bene quindi scoprire, attraverso i test diagnostici rilevatori di intolleranze e non invasivi, quali sono gli alimenti che l'or-

ganismo non tollera più, e impostare inoltre un corretto regime alimentare vario e controllato. Si tende infatti, in maniera inconsapevole, a considerare differenziata un'alimentazione che contenga quotidianamente l'uso di biscotti, pasta, brioches, pizza, focacce... mentre introduciamo sempre un solo cereale: il frumento. L'intolleranza dice: basta routine!! Inventiamoci qualche cosa di nuovo e porteremo benessere, salute e linea nella nostra vita.

Paola Chilò, Naturopata esperta in riequilibrio alimentare con orientamento psicosomatico - Per informazioni o appuntamenti: Tel. 3396055882 - Studio Naturopatia in Via Terruggia 1, 20162 Milano - e-mail naturopaki@gmail.com.

SANITÀ

Niguarda: operativi ambulatori e reparti del Blocco Nord

Monica Landro

Dall'inizio di settembre il Blocco Nord dell'Ospedale di Niguarda ha aperto gli ambulatori di Allergologia, Diabetologia, Endocrinologia ma anche Medicina Interna, Neurologia e Psichiatria. Completati i collaudi e gli accreditamenti necessari, la nuova struttura, che è stata terminata a tempo di record meno di un anno fa, è operativa e ha aperto le porte ai primi pazienti. Nei prossimi mesi saranno ultimati i trasferimenti degli altri reparti presso il Nuovo Blocco e così sarà pienamente operativo il Nuovo Niguarda. Per

l'Ospedale si conclude una fase di riqualificazione e ammodernamento che complessivamente è durata più di 10 anni (contando i lavori di apertura per il Blocco Dea, dedicato all'emergenza-urgenza, e il Blocco Sud, dedicato all'alta intensità di cura). Il Blocco Nord ospita il Dipartimento Medico Polispecialistico con un settore dedicato all'Alta Intensità, il Dipartimento Materno-Infantile, la Medicina Riabilitativa, il Servizio di Immunematologia e Medicina Trasfusionale. Può contare

su una moderna Radiologia/Neuroradiologia ed Endoscopia. Una novità importante è costituita dagli impianti (con motori elettrici a soffitto) di sollevamento-pazienti che serviranno ben 80 letti, un'innovazione che servirà sia per aumentare il comfort e la sicurezza sia per agevolare l'assistenza prestata dal personale infermieristico.

Per rimanere sempre aggiornato sui reparti e sulla loro nuova sede consulta la mappa dell'Ospedale sul sito www.ospedaleniguarda.it



un nuovo libro di Augusto Cominazzini
Alter penser cont el coo in di nivòl
(Altri pensieri con la testa nelle nuvole)

Quarta raccolta delle poesie
in dialetto milanese
pubblicate su "Zona Nove"

Disponibile in redazione

un nuovo libro di Luigi Allori
Il film dell'obbligo

Guida pratica per fare cinema
con i ragazzi a scuola

Utilizzato come sussidio didattico
nelle scuole della Zona 9
che aderiscono al progetto "Cinema a scuola"

Disponibile in redazione



Tra Cielo e Terra - Benessere, salute e divertimento per uno splendido regalo di Natale... Wellness Christmas Gift!

Incontriamo nel Centro dell'Associazione Tra Cielo e Terra, in V.le Zara 9, il Direttore Generale: Paolo Menconi per le ultime interessanti novità.



"Tra Cielo e Terra" di Viale Zara 9 si conferma come realtà consolidata, ormai, non solo in Zona 9, ma in tutta l'area milanese. Grazie al team guidato dal Direttore Dr. Paolo Menconi, il Centro ha impresso un intenso e importante slancio, in controtendenza alla situazione economica attuale, facendolo diventare, sempre di più, un'autentica risorsa dell'Isola.

Il Dr. Menconi ci dice: "Le chiavi del successo della nostra Associazione sono state varie: un'ampia offerta, ricerca costante della qualità dei servizi e costi contenuti sommati ad un'attenta campagna di abbonamenti per i Soci e promozioni con offerte accessibili a tutti. Questo forte impegno quotidiano ha consolidato il rapporto con i nostri Soci e ha catturato l'interesse del pubblico! La filosofia vincente è, sicuramente, quella di creare un Centro dove vivere il piacere di relazionarsi con gli altri vivendo interamente il benessere.

Ci parli del Wellness Christmas Gift.

P.M.: In un periodo in cui tutti sono alla ricerca di un bel regalo, utile e intelligente, per se stessi e per i propri cari,

questa è davvero una bella idea! Già negli anni scorsi avevamo lavorato per creare un "pacchetto benessere" per i nostri Soci, che andasse incontro alle necessità delle persone, contenendo i costi al massimo. E così, grazie alla collaborazione di alcuni stretti collaboratori, era nata l'idea. Quest'anno è stata ampliata e migliorata. È una busta dorata che viene consegnata insieme all'abbonamento e contiene moltissimi Coupon in regalo: settimane per invitare gli amici gratuitamente in palestra, una settimana per provare varie arti marziali e per seguire corsi di danza, una lezione speciale di pilates, una seduta con un personal trainer; una lezione di Tango, una di balli sudamericani, una misurazione gratuita della "massa corporea" e, per farsi coccolare un po', una seduta gratuita di riflessologia plantare, oltre a buoni sconto e altre sorprese.

Che cosa è la misurazione della massa corporea?

P.M.: L'Indice di Massa Corporea o Body Mass Index (BMI) è il rapporto tra l'altezza di un individuo (espressa in metri al quadrato) e il suo peso (espresso in chilogrammi), ed è il parametro più semplice e più utilizzato per classificare lo stato di sottopeso, sovrappeso e obesità negli adulti.

Ovviamente, ci tengo a precisare, che si tratta di un dato indicativo: il risultato costituisce solo una "stima" del reale livello di

benessere fisico di una persona e non deve assolutamente essere il punto di partenza per decisioni importanti circa la propria salute, senza una consulenza di personale medico qualificato. Diciamo quindi che "dà un'idea" di "dove siamo!"

Tu ci parli spesso di Tra Cielo e Terra come di un punto di riferimento sociale e non solo di un Centro Sportivo - Benessere. Vuoi spiegarci meglio il tuo punto di vista?

P.M.: Dopo una giornata frenetica di lavoro, di studio, di impegni per la famiglia ritengo sia importante creare, per tutti, un luogo dove sia possibile rilassarsi e allontanare lo stress, per poter affrontare la giornata successiva con la giusta carica ed energia. Il nostro Centro vuole essere un punto di riferimento importante, per socializzare, incontrarsi, sviluppare nuove amicizie e nuovi interessi. Credo che la direzione intrapresa sia la via giusta per far compiere al Centro quella trasformazione che i tempi correnti ci chiedono.

Un invito: venite a trovarci! Sarà un'ottima occasione per fare un regalo importante, e davvero utile, per il proprio benessere e quello delle persone care, con abbonamenti davvero scontatissimi.

Con l'occasione auguro a tutti un Buon Natale e un Felice 2015 ricco di tanta serenità."