

ON IL GIORNO

# 2009 Anno della Salute

LE INIZIATIVE DELL'ASSESSORATO

## Settembre, il mese del sorriso

Un percorso dedicato all'igiene e alla salute della bocca e dei denti



### L'autocaravan conquista i milanesi: 6 mila visite in soli 4 mesi

**S**ETTEMBRE, mese della prevenzione delle patologie del cavo orale, della bocca e dei denti. Un anno particolarmente importante per la città di Milano - spiega l'assessore Gianpiero Landi di Chiverna (nel fondo in alto a destra) - un anno in cui tutti i miei sforzi come assessore alla Salute del Comune sono tesi a programmi incrociati di prevenzione, massicci e diffusi. Un primo bilancio: 6 mila visite effettuate in 4 mesi sui nostri autocaravan, un elevato livello di gradimento per uno strumento di facile accessibilità e gratuito.

Non può esserci salute, e dunque non può esserci benessere per la cittadinanza, senza un globale impegno per la prevenzione di qualunque malattia o stato di disagio: dalla salute mentale a quella dentale, mi verrebbe da dire.

Le patologie della bocca sono recentemente in aumento. In particolare il tumore del cavo orale che però si può prevenire o diagnosticare per tempo con una visita mirata di pochi minuti dal dentista. Una patologia strettamente correlata alle condizioni igieniche ed alle abitudini alimentari e volutarie delle persone. Non solo, rappresentano il 7% di tutti i tumori che colpiscono il corpo umano e quasi il 40% dei tumori della testa-collo. L'assessore sottolinea sempre l'importanza della prevenzione.

«La prevenzione primaria, di fatto, si situa attraverso un corretto stile di vita: diminuzione del consumo di tabacco e alcool e una corretta alimentazione (presenza nella dieta di frutta e verdura fresche).

Determinante è poi la prevenzione secondaria attraverso la diagnosi precoce in pazienti asintomatici e la sorveglianza clinica dei soggetti. Il front line della prevenzione secondaria è rappresentato dagli odontoiatri, che ogni anno, visitando milioni di persone nel nostro Paese, sono in grado di rilevare i sintomi del carcinoma orale. D'altra parte, altri milioni di italiani non si recano dal dentista con continuità se non per eventi traumatici o per necessità curative. Il nostro sorriso è soggetto a frequenti aggressioni da parte di vari fattori chimici e batteriologici dovuti all'azione del cibo, ma anche di micro e macro traumi che compromettono la perfetta occlusione e impediscono la corretta masticazione, e che finiscono per misare l'efficienza di tutto l'organismo. Il mantenimento di una corretta igiene orale presenta significative correlazioni con le più diverse situazioni della quotidianità: dalla postura alla pratica di un'attività sportiva, dall'alimentazione alla nostra attività lavorativa.

Nella bocca sono presenti oltre 300 specie di batteri che possono causare diverse problematiche relative al cavo orale.

Sebbene per molte persone sia un fatto assodato che una

regolare e corretta igiene sia fondamentale per mantenere denti forti e gengive sane, l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) rivela che, oggi, le patologie più diffuse nel mondo sono proprio il tartaro e la placca, la carie, le gengiviti e le parodontiti. Il tutto a causa di una insufficiente o inappropriata igiene orale.

Dobbiamo quindi cominciare subito, dall'età scolare e prescolare, ad attuare un programma di informazione che faccia crescere le nuove generazioni nella consapevolezza dell'importanza della prevenzione. E prevenire significa essenzialmente informare. Data l'importanza della prevenzione un tema così non poteva non rientrare tra quelli affrontati nell'Anno della Salute, il progetto che sta offrendo test gratuiti di diversa natura, mirati alla prevenzione delle principali patologie e alla promozione di stili di vita adeguati a un più alto livello di benessere. Abbiamo iniziato ad aprile con la pelle, poi la vista in maggio, l'ipertensione e gli screening metabolici in giugno, l'allungamento e le intolleranze insieme con la promozione delle attività motorie in luglio. A settembre, a fianco delle problematiche del cavo orale si effettueranno controlli sulle malattie infettive e sui vaccini. Ottobre sarà il mese dell'udito, novembre il mese del respiro e delle allergie respiratorie, mentre dicembre sarà dedicato alle problematiche relative alla disabilità e alla salute mentale.

## LE CIFRE

**1,5%** le famiglie che si impoveriscono a causa di spese sanitarie

**4,1%** quelle che almeno una volta l'anno sono costrette a sostenere spese sanitarie molto elevate o "catastrofiche"

## LA SPESA PRIVATA ANNUALE

**3,3%** polizza sanitaria integrativa

**15%** polizze sanitarie integrative

**20%** medicina non convenzionale

**49%** cure odontoiatriche

**37%** visite specialistiche

**62,2%** gli italiani che temono di non avere mezzi per far fronte alle cure mediche

Foto: Infograph



# Per salvare le nostre arterie, occhio ai

*Le correlazioni fra le patologie del cavo orale e altre malattie. Parla il professor*

di ENRICO FOVANA

— MILANO —

«**L**IGIENE ORALE è decisiva, non solo per denti e gengive, ma anche per evitare altre malattie molto gravi, come l'arteriosclerosi, fino all'infarto o all'ictus». Il professor Giulio Leghissa, medico chirurgo e odontoiatra, è tra i coordinatori del «Mese della Salute e della Bellezza della Bocca», che continua a Milano fino al 30 settembre, con un progetto di monitoraggio itinerante nelle vie cittadine, promosso dall'assessorato alla Salute del Comune. Rappresenta infatti come vicepresidente il Cenacolo Odontostomatologico Italiano, l'associazione di dentisti, assistenti e igienisti, tutte le figure insomma che lavorano nel campo della prevenzione e cura dentale.

**Cosa succede in questo mese?**

«Un camion viene posizionato in diversi punti di Milano, cambiando sede ogni due giorni. Sopra, abbiamo fatto posizionare tre poltrone da dentista. Due occupate da odontoiatri della nostra associazione, in collaborazione con il professor Antonio Carrassi, dell'università di Milano, mentre una terza è occupata dall'Aidi (Associazione Italia Igienisti Dentali)».

**Quali i differenti ruoli?**

«Noi odontoiatri facciamo una visita, monitorando la situazione di salute della bocca, mentre l'igienista darà informazioni più dettagliate sul come mantenere il cavo orale in buona salute. La gente entra naturalmente gratis».

**Con quale obiettivo vi muovete?**

«Uno dei più importanti è quello di sensibilizzare l'importanza dell'igiene e al contempo controllare che non ci sia una lesione cancerosa iniziale in atto. Se la dovessimo individuare, manderemo subito il cittadino al Centro di Patologia orale della Clinica Odontoiatrica nell'ospedale San Paolo, diretto appunto da Carrassi».

**Quale l'accordo col San Paolo?**

lo?

«Che il paziente venga visitato entro 24 ore e si verifichi se non c'è una situazione di pericolo».

**Come percepiscono l'igiene orale i milanesi?**

«Avremo dei dati fra un mese, significativi perché stiamo visitando tante persone, dalle 60 alle 100 al giorno. Certo, in generale, il livello di attenzione non è altissimo».

## Poltrone

Nel motorhome i milanesi ne troveranno tre. Due con il dentista e l'altra con l'igienista dentale. Il primo farà una visita. Il secondo darà consigli per una corretta pulizia e manutenzione

## Obiettivi

Scoprire attraverso i controlli se vi sono lesioni pre-cancerose alla bocca. In tal caso il paziente viene inviato all'ospedale San Paolo (col quale esiste un accordo) per una visita mirata

## Chiarezza

Ormai è dimostrato che esiste un collegamento significativo tra infiammazione cronica delle gengive e malattie come infarto, arteriosclerosi e altro. Ma non tutti lo sanno

mo. E purtroppo questa disattenzione comporta non solo problemi locali, come carie e infiammazione delle gengive, ma anche un aggravamento di importantissime malattie sistemiche».

**Per esempio?**

«Ormai è dimostrato che ci sia un collegamento significativo tra infiammazione cronica delle gengive e malattie come infarto, arteriosclerosi e altro».

**Ci sono rischi anche sulla pressione?**

«Nel momento in cui si contribuisce a formare placche aterosclerotiche che vanno a ostruire le arterie, certo che può salire la pressione, ma direi che l'aspetto di gran lunga più importante oggi sembra quello legato alla degenerazione delle arterie cardiache, quindi sull'infarto o sull'ictus».

**Un dato abbastanza ignorato.**

«Ma altrettanto ormai dimostrato in campo scientifico, per cui ancora una volta diventa sempre più importante il ruolo di prevenzione che assume il dentista, associa-

to anche al discorso anti-fumo. Un elemento che davvero aggrava il tutto».

**E l'alcol che conseguenze induce?**

«L'alcol è soprattutto responsabile in prima istanza di incidenza sul cancro della bocca. L'alcol e i suoi associati costituiscono una miscela infiammatoria cronica che tende a sviluppare modificazioni nelle strutture cellulari. Per tacere di tutte le componenti legate alla degenerazione del fegato».

**Quindi non solo un'iniziativa di prevenzione.**

«No, infatti, cerchiamo di sensibilizzare, ma anche, se possibile, di scovare prematuramente segnali pericolosi. E' la prima volta che lo facciamo e l'esperienza ci insegnerà come muoverci meglio la prossima. Per esempio, abbiamo capito che ci manca una videocamera intraorale. Non ci avevamo pensato. La gente deve vedere di cosa stiamo parlando. Le cose si imparano facendo. L'anno prossimo la richiederemo senz'altro».



## UN'ASSOCIAZIONE LI RAPPRESENTA

# L'igienista dentale, un operatore da



L'ingresso nel motorhome

**L'**IGIENISTA dentale è un operatore sanitario in possesso di laurea triennale, titolo che abilita all'esercizio della professione in strutture pubbliche e private, sia come dipendente sia come libero professionista. L'igienista dentale, insieme all'odontoiatra, è la sola figura autorizzata a operare all'interno della bocca dei pazienti: ogni altra figura commette abuso di professione. La prevenzione delle patologie del cavo orale costituisce il principale campo di applicazione per l'igienista dentale; dal momento che proprio la prevenzione è il cardine del «Mese della salute e della bellezza della bocca», accanto agli odontoiatri sono stati chiamati a collaborare gli igienisti dentali AIDI (Associazione Igienisti Dentali Italiana) che è l'associazione che storica-

mente rappresenta la categoria in Italia, a livello europeo e internazionale. All'interno del mezzo itinerante, gli igienisti dentali AIDI eseguiranno tre semplici test che consentiranno di valutare lo stato di salute del cavo orale. Attraverso il primo test è possibile rilevare la presenza di alitosi (alito cattivo). Tale patologia affligge in maniera permanente o transitoria oltre il 50% della popolazione e spesso compromette la vita di relazione di coloro che ne soffrono, con ripercussioni anche psicologiche. Al contrario di quanto si crede comunemente, l'alitosi è determinata in primo luogo (85-90%) dalle condizioni di salute della bocca: presenza di tartaro, infiammazioni gengivali, carie non curate o vecchie otturazioni infiltrate sono,

**Ci sono rischi anche sulla pressione?**

«Nel momento in cui si contribuisce a formare placche aterosclerotiche che vanno a ostruire le arterie, certo che può salire la pressione, ma direi che l'aspetto di gran lunga più importante oggi sembra quello legato alla degenerazione delle arterie cardiache, quindi sull'infarto o sull'ictus».

**Un dato abbastanza ignorato.**

«Ma altrettanto ormai dimostrato in campo scientifico, per cui ancora una volta diventa sempre più importante il ruolo di prevenzione che assume il dentista, associa-

tacer di tutte le componenti legate alla degenerazione del fegato».

**Quindi non solo un'iniziativa di prevenzione.**

«No, infatti, cerchiamo di sensibilizzare, ma anche, se possibile, di scovare prematuramente segnali pericolosi. E' la prima volta che lo facciamo e l'esperienza ci insegnerà come muoverci meglio la prossima. Per esempio, abbiamo capito che ci manca una videocamera intraorale. Non ci avevamo pensato. La gente deve vedere di cosa stiamo parlando. Le cose si imparano facendole. L'anno prossimo la richiederemo senz'altro».



## UN'ASSOCIAZIONE LI RAPPRESENTA

# L'igienista dentale, un operatore da



L'ingresso nel motorhome

**L'**IGIENISTA dentale è un operatore sanitario in possesso di laurea triennale, titolo che abilita all'esercizio della professione in strutture pubbliche e private, sia come dipendente sia come libero professionista. L'igienista dentale, insieme all'odontoiatra, è la sola figura autorizzata a operare all'interno della bocca dei pazienti: ogni altra figura commette abuso di professione. La prevenzione delle patologie del cavo orale costituisce il principale campo di applicazione per l'igienista dentale; dal momento che proprio la prevenzione è il cardine del "Mese della salute e della bellezza della bocca", accanto agli odontoiatri sono stati chiamati a collaborare gli igienisti dentali AIDI (Associazione Igienisti Dentali Italiana) che è l'associazione che storica-

mente rappresenta la categoria in Italia, a livello europeo e internazionale.

All'interno del mezzo itinerante, gli igienisti dentali AIDI eseguiranno tre semplici test che consentiranno di valutare lo stato di salute del cavo orale.

Attraverso il primo test è possibile rilevare la presenza di alitosi (alito cattivo). Tale patologia affligge in maniera permanente o transitoria oltre il 50% della popolazione e spesso compromette la vita di relazione di coloro che ne soffrono, con ripercussioni anche psicologiche. Al contrario di quanto si crede comunemente, l'alitosi è determinata in primo luogo (85-90%) dalle condizioni di salute della bocca: presenza di tartaro, infiammazioni gengivali, carie non curate o vecchie otturazioni infiltrate sono,

# frequentare spesso

infatti, le cause principali dell'alito cattivo. Risulta quindi fondamentale la diagnosi tempestiva, per fornire ai pazienti consigli utili su trattamenti professionali e domiciliari che possano risolvere o almeno limitare la patologia. Inoltre, se il problema dovesse persistere, l'esclusione della presenza di cause orali consentirà al medico di ricercare l'origine del disturbo in altre patologie sistemiche.

Il secondo test misura il pH salivare. Un'eccessiva acidità del cavo orale, unita a un'alimentazione ricca di zuccheri, alla scarsa o errata igiene orale e alla predisposizione individuale, costituisce un importante fattore di rischio per l'insorgenza della carie. Con un semplice test sul pH salivare è possibile stabilire se il rischio di carie è alto, medio o basso e, in base al rischio,

l'igienista dentale sarà in grado di dare al paziente consigli personalizzati su prodotti specifici per l'igiene orale, abitudini alimentari e stili di vita che aiutino di prevenire e arginare il pericolo di insorgenza di carie.

L'ultimo test consiste nella rilevazione del colore dentale. Denti bianchi, incorniciati da una gengiva rosea, tonica e sana rappresentano, in una società che presta sempre maggiore attenzione all'estetica, un accattivante biglietto da visita. L'igienista dentale, l'odontoiatra, stili di vita sani e una corretta igiene orale domiciliare possono davvero fare molto per raggiungere e mantenere nel tempo un sorriso sano e bello.

**Marialice Boldi**  
Presidente AIDI  
(Associazione  
Igienisti Dentali Italiani)

L  
n  
è una  
men  
per  
italia  
bini  
per  
colpi  
to de  
ni (S  
un p  
per  
dui)  
anni  
to de  
80 a  
per  
ni s  
(1.03  
A qu  
giun  
mez  
bi u  
rant  
sul m  
effe  
stru  
cert  
defi  
test  
colle  
tadi  
zion  
stio  
Ref  
sto r  
te è  
ordi  
all'U  
Mil  
no.

## IL CALENDARIO

# Gli appuntamenti per star bene

Mese per mese e strada per strada, gli spostamenti dell'autocaravan

2009  
**Anno della Salute**

Milano è il benessere dei suoi cittadini.



## SETTEMBRE - MESE DELLA SALUTE E DELLA BELLEZZA DELLA BOCCA

Data	Dove	Zone
OGGI	Piazza Minniti	9
DOMANI	Piazza Minniti	9
enerdì 18 settembre	Parcheggio Pagano	7
sabato 19 settembre	Parcheggio Pagano	7
domenica 20 settembre	Parco Nord - Cascina Centrale "Donatella della Donna" (Fond. Donna)	
lunedì 21 settembre	Bocconi - Via Bach - Parco Ravizza	5
martedì 22 settembre	Bocconi - Via Bach - Parco Ravizza	5
mercoledì 23 settembre	Piazza Cantore, zona parcheggio	6
giovedì 24 settembre	Piazza Cantore, zona parcheggio	6
venerdì 24 settembre	Zona Quartoggiora (Via Amoretti - Via Traversi)	8
sabato 26 settembre	Zona Quartoggiora (Via Amoretti - Via Traversi)	8
lunedì 28 settembre	Piazza Leonardo Da Vinci	3
martedì 29 settembre	Piazza Leonardo Da Vinci	3
mercoledì 30 settembre	Piazza Leonardo Da Vinci	3

## OTTOBRE - MESE DELL'ADITO

Data	Dove	Zone
martedì 6 ottobre	Largo Beltrami	1
mercoledì 7 ottobre	Largo Beltrami	1
giovedì 8 ottobre	Largo Beltrami	1
venerdì 9 ottobre	Piazzetta Liberty	1
sabato 10 ottobre	Piazzetta Liberty	1
domenica 11 ottobre	Piazzetta Liberty	1
martedì 13 ottobre	Piazza Duca D'Aosta	2
mercoledì 14 ottobre	Piazza Duca D'Aosta	2
giovedì 15 ottobre	Piazza Leonardo Da Vinci	3
venerdì 16 ottobre	Piazza Leonardo Da Vinci	3
sabato 17 ottobre	Via Cadore ang. Via Perugino	4
domenica 18 ottobre	Via Cadore ang. Via Perugino	4
martedì 20 ottobre	Bocconi - Via Bach (Parco Ravizza)	5
mercoledì 21 ottobre	Bocconi - Via Bach (Parco Ravizza)	5
giovedì 22 ottobre	Piazza Sant'Agostino	6
venerdì 23 ottobre	Piazza Sant'Agostino	6
sabato 24 ottobre	Parcheggio Pagano	7
domenica 25 ottobre	Parcheggio Pagano	7
martedì 27 ottobre	Zona Quartoggiora (Via Amoretti - Via Traversi)	8
mercoledì 28 ottobre	Zona Quartoggiora (Via Amoretti - Via Traversi)	8
giovedì 29 ottobre	Piazza Minniti	9
venerdì 30 ottobre	Piazza Minniti	9
sabato 31 ottobre	MEGNANO	

## NOVEMBRE - MESE DEL RESPIRO

Data	Dove	Zone
mercoledì 4 novembre	Piazzetta Liberty	1
giovedì 5 novembre	Piazzetta Liberty	1
venerdì 6 novembre	Piazzetta Liberty	1
sabato 7 novembre	Piazzetta Liberty	1
lunedì 9 novembre	Piazza Duca D'Aosta	2
martedì 10 novembre	Piazza Duca D'Aosta	2
mercoledì 11 novembre	Piazza Leonardo Da Vinci	3
giovedì 12 novembre	Piazza Leonardo Da Vinci	3
venerdì 13 novembre	Via Cadore ang. Via Perugino	4
sabato 14 novembre	Via Cadore ang. Via Perugino	4
lunedì 16 novembre	Zona Quartoggiora (Via Amoretti - Via Traversi)	8
martedì 17 novembre	Zona Quartoggiora (Via Amoretti - Via Traversi)	8
mercoledì 18 novembre	Piazza Sant'Agostino	6
giovedì 19 novembre	Piazza Sant'Agostino	6
venerdì 20 novembre	Parcheggio Pagano	7
sabato 21 novembre	Parcheggio Pagano	7

## 21 NOVEMBRE - 5 DICEMBRE - PREVENZIONE AIDS E MALATTIE A TRASMISSIONE SESSUALE

Data	Dove	Zone
sabato 21 novembre	Zona Navigli - orario diurno	6
domenica 22 novembre	Zona Navigli - orario diurno	6
lunedì 23 novembre	Parcheggio Pagano	7
martedì 24 novembre	Parcheggio Pagano	7
mercoledì 25 novembre	Parcheggio Pagano	7
giovedì 26 novembre	Piazza Duca D'Aosta	2
venerdì 27 novembre	Piazza Duca D'Aosta	2
sabato 28 novembre	Piazza Duca D'Aosta	2
domenica 29 novembre	Via Valtolina (Alcatraz)	2
martedì 1 dicembre	Piazza Beltrami	1
mercoledì 2 dicembre	Piazza Beltrami	1
giovedì 3 dicembre	Piazza Beltrami	1
venerdì 4 dicembre	Piazzetta Liberty	1
sabato 5 dicembre	Piazzetta Liberty	1



## DICEMBRE - MESE DELLA DISABILITÀ - MESE DELLA SALUTE MENTALE

Data	Dove	Zone
lunedì 7 dicembre	Piazza Duca D'Aosta	2
martedì 8 dicembre	Piazza Duca D'Aosta	2
mercoledì 9 dicembre	Piazza Minniti	9
giovedì 10 dicembre	Piazza Minniti	9
venerdì 11 dicembre	Parcheggio Pagano	7
sabato 12 dicembre	Parcheggio Pagano	7

## PER UN SORRISO PERFETTO

# No a fumo e alcol, sì all'igiene

L'INTERVENTO periodico da parte del dentista e dell'igienista dentale è fondamentale, perché solo la mano del professionista e gli strumenti professionali idonei possono raggiungere determinate zone non accessibili con i presidi convenzionali di igiene domiciliare.

Ma il lavoro del professionista non basta a garantire denti perfetti: oltre a visite periodiche di controllo, per la salute e la bellezza di denti e gengive risulta fondamentale mantenere stili di vita sani: il fumo, per esempio, è una delle maggiori cause di invecchiamento dentale, macchia lo smalto e, soprattutto, può causare gravi malattie a livello sia sistemico che del cavo orale. Anche l'abuso di alcolici a lungo andare è dannoso per i denti, sia per il loro contenuto in zuccheri, sia perché l'alcol è un disidratante e danneggia la struttura dello smalto.

Anche la dieta è importante: meglio prediligere alimenti che contengono calcio, verdure crude e frutta fresca, cercando di ridurre gli zuccheri semplici, che sono i principali responsabili della carie, poiché rendono i denti più attaccabili dai batteri. In particolare, gli

alimenti più pericolosi sono quelli che presentano un'alta "adesività" (come patatine e biscotti), perché tendono ad attaccarsi ai denti e i batteri hanno più tempo per produrre acido.

E' quindi necessario mantenere una corretta igiene orale, lavando i denti almeno due volte al giorno con dentifrici al fluoro che, oltre al Fluoruro di Sodio, contengono Triclosan (un antibatterico ad ampio spettro) e un innovativo copolimero che permette l'adesione del Triclosan sullo smalto, per una prolungata azione antibatterica e protettiva fino a 12 ore dopo l'uso. Anche dopo aver mangiato o bevuto.

La saliva, in condizioni ottimali, favorisce la rimozione dei residui di cibo, neutralizza gli acidi e remineralizza i denti, ma spesso non basta a tenere lontana la carie. Ecco perché è sconsigliabile continuare a masticare per tutta la giornata, dimenticando di lavarsi i denti dopo ogni spuntino. E attenzione anche alle bevande: tè, caffè e vino rosso contengono sostanze pigmentanti che possono macchiare i denti, e le bevande acide, come le bibite gassate, e succhi di arancia e limone, possono rovinarne lo smalto.

### DECALOGO

#### Dalla Colgate i consigli

#### su come mantenere sani denti e gengive

