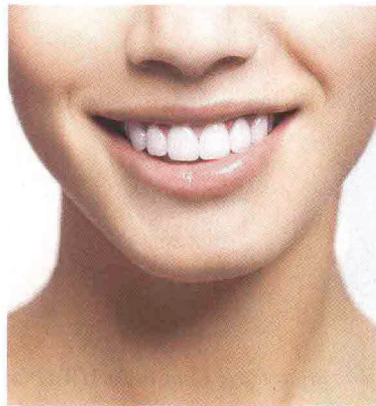


Obiettivo sorriso stabile (e radioso)

PRECAUZIONI Impiantare un dente, perfezionare il sorriso, curare gengive infiammate: ogni anno, un milione di italiani si sottopone alla chirurgia odontoiatrica, ma uno su dieci deve tornare sotto i ferri perché qualcosa è andato storto e si ritrova alle prese con dolore, infezioni, impianti che traballano. Lo rivela un'indagine della Società di parodontologia (sidp.it) secondo cui, per i secondi interventi, in nove casi su dieci, si spende anche di più. Sgradite conseguenze che allontanano dal dentista chi ne avrebbe bisogno: il 20 per cento dei pazienti preferirebbe evitare gli impianti perché informato da parenti o amici sui possibili (e frequenti) incidenti di percorso. «Spesso si scelgono materiali di scarsa qualità, che costano otto volte meno dei prodotti più sicuri e sono, però, privi di una dimostrazione scientifica della loro efficacia e tollerabilità» dice Maurizio Tonetti, presidente SidP. «Inoltre, in Italia non esiste la specializzazione in chirurgia odontoiatrica, settore in cui sono indispensabili esperienza e aggiornamento. Capita, comunque, che i danni derivino da cause banali, come un'adeguata igiene: se la bocca del paziente non viene preparata e pulita, le infezioni saranno più probabili». Per ridurre gli errori, parte la campagna *Per sorridere insieme*, con la prima checklist pensata per lo studio del dentista. «Prevede 35 "passi" da rispettare per assicurarsi che tutto proceda come dovrebbe prima, durante e dopo gli interventi: dovrebbe migliorarne gli esiti, come è avvenuto in chirurgia generale, grazie alle checklist introdotte dall'Oms». *Elena Meli*



12 milioni di italiani sono affetti da diabete. Il numero è in costante crescita. Per questo è importante seguire una dieta sana e equilibrata, ricca in fibre e povera in zuccheri. Ecco alcuni consigli per chi soffre di diabete.

Il test del rame cattivo

Il rame cattivo è un tipo di rame che si accumula nel corpo e può causare problemi di salute. Per testare il livello di rame cattivo, si può utilizzare un test di laboratorio. Il test consiste nel misurare la quantità di rame cattivo nel sangue. Se il livello è alto, significa che c'è un accumulo di rame cattivo nel corpo. Questo può essere causato da una dieta ricca in rame, da un'assunzione eccessiva di integratori di rame o da una malattia genetica. Se il test risulta positivo, è importante consultare un medico per valutare le opzioni di trattamento.

Obiettivo sorriso stabile (e radioso)

Per ottenere un sorriso stabile e radioso, è importante seguire alcune regole. Innanzitutto, è fondamentale mantenere una buona igiene orale, lavandosi i denti regolarmente e utilizzando il filo interdentale. Inoltre, è importante evitare di fumare e bere alcolici, poiché possono danneggiare le gengive e i denti. Infine, è importante sottoporsi a controlli regolari dal dentista per prevenire e trattare eventuali problemi dentali.