

LA PREVENZIONE.

Il grado di benessere di una popolazione si misura attraverso numerosi indicatori. Comunemente si pensa, quando si ragiona di "salute" che l'unico indicatore sia la capacità di CURA offerta ad una popolazione.

È ormai chiaro tra gli esperti ma purtroppo un po' meno tra noi tutti che la vecchia e ripetuta cantilena "prevenire è meglio che curare" e' quanto mai attuale, vera, ma ancora poco messa in pratica. La PREVENZIONE!

E dire che, in un periodo storico come il nostro, veramente la prevenzione in sanità sarebbe di aiuto concreto per ridurre i costi.

Se parliamo di salute orale queste considerazioni sono quanto mai calzanti.

La spesa per la CURA della bocca rimane per molti proibitiva.

Ma perché dobbiamo aspettare la "malattia" della bocca e dei denti quando qualche facile comportamento, soprattutto se intrapreso in giovane età, potrebbe contrastare l'insorgenza di patologie? Spesso si dà poca importanza alla bocca. Perdere un dente non pare essere per i più un grosso problema... soprattutto se si tratta di un dente posteriore che "neanche si vede"!

Ma il nostro organismo, che è uno e con strette correlazioni tra i suoi organi e apparati, ci farà sicuramente sentire nel tempo il disagio per questa menomazione.

E poi non va dimenticato che anche le mucose della bocca e la lingua possono essere bersaglio di malattie gravi come il cancro!

Anche in questi casi la prevenzione può aiutarci: è ormai chiaro che il fumo di sigaretta e l'alcool sono tra i principali fattori predisponenti l'insorgenza di queste malattie. Non dimentichiamo poi che la bocca è il primo tratto dell'apparato digerente: ingerire cibi bollenti ad esempio crea lesioni alle mucose che, se ripetute, potrebbero evolvere negativamente. Una sana alimentazione più in generale, ricca di verdura e frutta e povera di zuccheri, contribuisce in maniera ormai chiara a mantenere in salute la nostra bocca. Per concludere, l'abitudine a rimuovere la placca e i residui di cibo dopo ogni pasto con corrette tecniche di spazzolamento è sicuramente un ottimo investimento che possiamo fare per noi, per la nostra famiglia, per la nostra comunità che avrà come ricompensa il ridurre le malattie della bocca, risparmiare e godere di un più alto livello di salute e quindi di benessere.

