

PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI

L'aterosclerosi

I consigli dell'Igienista Dentale

L'aterosclerosi è la patologia che interessa le pareti delle arterie che perdono di elasticità a causa della formazione di ispessimenti (placche), dovuti al deposito di grassi nel sangue, che riducono il flusso sanguigno.

L'aterosclerosi è la **causa** principale di **malattie cardiovascolari** severe, come angina pectoris, infarto e ictus. Nei Paesi occidentali, le patologie cardiovascolari rappresentano la principale causa di morte.

In Italia, la mortalità per le malattie ischemiche del cuore è maggiore negli uomini che nelle donne, con un rapporto di circa 2:1, ciò significa che il sesso maschile ne è colpito in una percentuale doppia di casi.

- Esiste una stretta **correlazione** tra **malattia parodontale** e **patologia vascolare aterosclerotica** e, dunque, la scrupolosa attenzione alla propria **igiene orale** aiuta a prevenire l'insorgenza di entrambe le patologie.
- A ciò è necessario associare uno **stile di vita corretto**, seguire una **dieta equilibrata** e varia, ricca di vitamine e povera di grassi, e praticare regolarmente **attività fisica** per controllare il peso corporeo.
- E' importante rivolgersi, almeno una volta l'anno, all'**Igienista Dentale** per mantenere in salute il cavo orale, seguendone scrupolosamente i consigli circa le manovre quotidiane di **igiene orale**.
- Effettuare frequenti controlli dei livelli di colesterolo e proteina C-Reattiva e monitorare i valori della pressione arteriosa.

BASTANO POCHE SEMPLICI ABITUDINI PER CONTRASTARE L'ATEROSCLEROSI . COMINCIA ORA!

