

FOCUS PREVENZIONE
il ruolo fondamentale
della diagnosi precoce



nel cuore della SALUTE

LE NUOVE TENDENZE
su benessere e bellezza
per una vita più sana



La pelle chiara simboleggiava la lontananza dalla vita contadina e dal duro lavoro all'aperto oggi, invece l'ideale è un corpo abbronzato.



L'uomo e la donna considerati belli erano quelli con un aspetto prosperoso, che rifletteva la ricchezza e l'abbondanza.

**Una rubrica per fare il punto
sulle scoperte della medicina**



La Rubrica Nel Cuore della Salute Coordinata dal Dr. Gino Carnazza è a Cura di Studio Futura Centro di Radiodiagnostica in Ciriè - Direttore Sanitario Dr.ssa Paola Sacchetto, Direttore Tecnico Dr. Luca Luberto. Benvenuti nella nostra Rubrica quindicinale dedicata alla Salute, dove esploreremo una vasta gamma di temi affascinanti e attuali.

In ogni inserto vi guideremo attraverso le ultime scoperte e tendenze nel mondo della medicina, con un focus particolare su argomenti che spaziano dall'Intelligenza Artificiale applicata alla Diagnostica, allo screening Senologico per la donna piuttosto che Prostatico per l'uomo senza tralasciare alcuni temi oggi particolarmente sentiti come il concetto di bellezza e benessere e la sua evoluzione attraverso i secoli. In questo viaggio informativo e formativo, esamineremo da vicino l'evoluzione della tecnologia e la sua crescente influenza sulla pratica medica, con un'attenzione speciale sul futuro impiego dell'Intelligenza Artificiale nei processi diagnostici e terapeutici. Approfondiremo anche tematiche specifiche come l'Osteoporosi o le Afezioni Polmonari, offrendo consigli pratici utili per la prevenzione e il trattamento di queste patologie. Inoltre, esamineremo in dettaglio metodiche diagnostiche avanzate, come la TC o la Risonanza Magnetica, illustrandone in modo semplice i principi ed il loro ruolo fondamentale nella diagnosi precoce di diverse patologie. Unisciti a noi per esplorare il mondo affascinante della salute con l'obiettivo di imparare a vivere una vita più consapevole e sana. Seguiteci nei nostri viaggi attraverso il corpo umano che prevede anche interviste esclusive a Specialisti di fama nazionale con consigli pratici che vi aiuteranno nel prendervi cura del vostro benessere. La vostra salute è la nostra priorità!

Bellezza e benessere attraverso i secoli

La correlazione tra bellezza e benessere ha attraversato secoli di evoluzione, plasmando le percezioni sociali e i canoni estetici.

In questo articolo cercheremo di spiegare come la forma fisica ideale sia variata nel tempo e come oggi il concetto di salute sia correlato con l'aspetto fisico dell'uomo e della donna.

Nel passato, il concetto di bellezza era spesso legato alla prosperità economica.

L'uomo e la donna considerati belli erano quelli con un aspetto prosperoso, che rifletteva la ricchezza e l'abbondanza.

La pelle chiara simboleggiava la lontananza dalla vita contadina e dal duro lavoro all'aperto, oggi invece l'ideale è un corpo abbronzato.

Con il passare dei secoli, la prospettiva sulla bellezza è cambiata; oggi, il focus si è spostato verso la salute.

La consapevolezza dell'importanza di uno stile di vita sano ha trasformato la percezione della bellezza, facendo emergere la figura del corpo ben allenato e in forma come sinonimo di salute.

Nei giorni nostri avere un corpo ben definito, né troppo magro né troppo grasso, è sinonimo di bellezza e quindi anche di benessere economico.

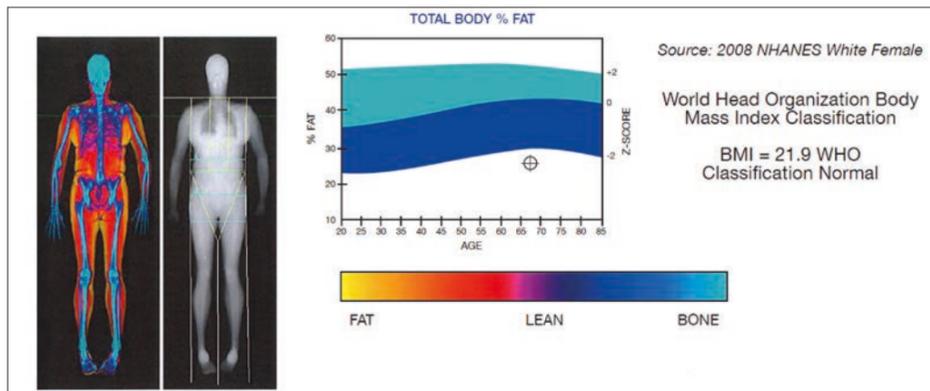
Nella nostra società per essere belli ed attraenti bisogna essere "in forma", cioè in equilibrio con le forme al posto giusto e la muscolatura tonica.

Sappiamo che un po' di grasso è indispensabile per immagazzinare energia e proteggere gli organi interni, ma un eccesso di grasso è assolutamente dannoso per la salute. Un corpo ben allenato non è solo esteticamente gradevole, ma è spesso associato a una migliore resistenza fisica, con riduzione del rischio di malattie (cardiovascolari e in alcune situazioni anche tumorali) e un benessere generale. Esistono diversi metodi diagnostici per valutare la composizione corporea, cioè la quantità di massa grassa e massa magra.

Alcuni dei metodi più comuni includono le pliche cutanee.

Questo metodo coinvolge la misurazione dello spessore delle pieghe cutanee in punti specifici del corpo. Le pliche vengono misurate con un calibro e i risultati vengono utilizzati per calcolare la percentuale di grasso corporeo.

Tuttavia, essendo chi scrive un Radiologo, non posso esimermi dal segnalare che la metodica più avanzata e precisa è ancora



L'esame che si effettua con la DEXA per lo studio di come "siamo fatti dentro", ovvero di quanto grasso, muscoli e ossa ci siano nel nostro corpo si chiama "Valutazione Avanzata della Composizione Corporea"



Le pliche cutanee, metodo diagnostico per valutare la composizione corporea.



Immaginate il nostro corpo come un aeroplano costituito da diversi elementi: la massa magra potrebbe essere rappresentata dalla fusoliera nonché dalle ali, d'altra parte la massa grassa invece dalle componenti aggiuntive come i passeggeri, i bagagli, sedili ed i vari arredi



Sapete che è proprio la DEXA l'esame che eseguono gli atleti professionisti per conoscere la composizione del proprio corpo?

una volta la DEXA, cioè l'apparecchio di Densitometria Ossea di cui nell'articolo precedente abbiamo descritto le sue potenzialità nella diagnosi dell'Osteoporosi.

L'esame che si effettua con la DEXA per lo studio di come "siamo fatti dentro", ovvero di quanto grasso, muscoli e ossa ci siano nel nostro corpo, si chiama "Valutazione Avanzata della Composizione

Corporea".

Sapete che è proprio questo esame che eseguono gli atleti professionisti per conoscere la composizione del proprio corpo?

Per stabilire se una persona è "in forma" non è importante conoscere il peso in eccesso bensì il grasso in eccesso.

Immaginate il nostro corpo come un aeroplano costituito da diversi

elementi: la massa magra potrebbe essere rappresentata dalla fusoliera nonché dalle ali, d'altra parte la massa grassa invece dalle componenti aggiuntive come i passeggeri, i bagagli, sedili ed i vari arredi.

E' chiaro che se la massa grassa cioè il peso complessivo dell'aereo è in eccesso e non c'è equilibrio il risultato di un volo aereo può essere disastroso.

Gli ultimi dati Istat riportano che oltre il 30% degli Italiani adulti, uomini e donne è in sovrappeso, mentre il 10% è realmente obeso. Il problema è complesso poiché coinvolge aspetti sociali e di natura psico-sanitaria.

Ricordiamo tuttavia che nonostante l'importanza dell'aspetto fisico, la salute è un concetto più ampio che comprende anche il benessere mentale ed emotivo.

Un corpo ben allenato e proporzionato può essere un indicatore di una vita sana, ma la salute complessiva è influenzata da vari fattori, compresi stile di vita, genetica e ambiente.

Dr. Gino Carnazza

MEDICINA

La bellezza oggi secondo l'intelligenza artificiale

Abbiamo chiesto ad un software di Intelligenza Artificiale di disegnare un bel ragazzo ed una bella ragazza dei nostri tempi... ed ecco il risultato! Come vedete il software di IA ha ben assimilato quali sono i concetti cardine per identificare oggi la bellezza.



L'evoluzione della cosmesi

Oggi, la cosmesi è caratterizzata da un'attenzione crescente alla sicurezza e al benessere del consumatore. In passato si trattava spesso di semplici "vernici per abbellire". La clean beauty è diventata una guida per molte marche, promuovendo l'uso di ingredienti naturali e sostenibili. Ad esempio i rossetti moderni non solo offrono colori vibranti ma spesso incorporano ingredienti idratanti e, in alcuni casi, protezione solare per mantenere le labbra non solo belle ma anche protette e ben curate.

