



Volontari di "Alice": Annamaria Cavaciuti, Luigi Giacobbi, Annamaria Barbieri, Giuseppe Rocca, Gabriella Sozzi. A destra: Chiara Terraciano, Donata Guidetti, Fabiola Magnifico \_FOTO DEL PAPA

# Rischio ictus, 450 ricoveri all'anno

## «Movimento e corretta dieta a tavola»

I consigli in piazza della primaria di Neurologia Donata Guidetti  
E sui tumori al cavo orale, gli esperti: «Utile l'autoispezione»

Gabriele Faravelli

### PIACENZA

● Penultima giornata dedicata alla prevenzione all'ombra del Gotico con "La salute in piazza", evento organizzato dall'Ausl di Piacenza. Ieri mattina, sotto i portici di piazza Cavalli, gli esperti dell'ospedale di Piacenza hanno effettuato screening gratuiti a dato consigli ai piacentini per ictus e cavo orale. Il rischio di ictus è un problema che riguarda soprattutto le persone anziane, ma che non è comunque da sottovalutare a nessuna età, come ha spiegato la dottoressa Donata Guidetti, direttrice dell'Unità operativa di Neurologia. Bisogna evitare in particolare alcuni fattori considerati dei veri "killer": i più importanti sono la pressione alta e le aritmie cardiache, il sovrappeso e il diabete, poi ce ne sono altri due non ri-

mediabili, che sono l'età avanzata e la familiarità». Una patologia che fortunatamente è in riduzione nel territorio piacentino, ma ben presente: «I ricoveri che registriamo in ospedale sono circa 450 all'anno, quindi si tratta di una patologia rilevante, soprattutto nei pazienti molto anziani, 250 vengono dalla provincia. Un elemento di prevenzione fondamentale è l'alimentazione combinata al movimento: si dice ai pazienti di camminare almeno un'ora al giorno, che è indispensabile, e una corretta alimentazione con le nostre cose buone emiliane mangiate solo una volta ogni tanto, bisogna invece mangiare principalmente pesce, carne bianca, legumi, verdure e frutta». I controlli periodici, con un'accurata ispezione della propria bocca, sono invece la base per poter prevenire i tumori del cavo orale. Questi preziosi suggerimenti sono arriva-

ti dall'equipe guidata da Aldo Oppici, responsabile dell'Unità operativa di Odontostomatologia, accompagnati anche in questo caso dagli screening. «Per quanto riguarda il tumore del cavo orale - ha detto Oppici - la prevenzione è molto semplice, con un'ispezione fatta periodicamente dagli specialisti, ma anche l'autoispezione è molto utile, si tratta di un controllo saltuario della propria bocca e della lingua. Serve per capire se abbiamo qualcosa che non va nella nostra bocca, e a quel punto possiamo rivolgerci alle persone competenti». I danni al cavo orale sono purtroppo sempre più frequenti, a causa di una cattiva alimentazione e uno scorretto stile di vita: «Nell'ultimo anno e mezzo la pandemia ha aumentato le diagnosi perché le persone sono arrivate in ritardo. Abbiamo in media otto casi per 100mila abitanti all'anno e di due per le donne, so-



no casi in aumento soprattutto per quel che riguarda le infezioni da Papilloma virus». Allarme anche per quanto riguarda carie e problemi ai denti: «Purtroppo le cose non vanno meglio rispetto a una volta, anzi, c'è ancora troppa ignoranza in materia, fin da piccoli si consumano troppe bevande zuccherate che rovinano la nostra bocca e i nostri denti, vanno evitati anche fumo e alcol». "La salute in piazza" sarà sotto i portici di piazza Cavalli anche oggi per l'ultima giornata con "Tieni in forma il tuo cuore": rilevazio-

ne del rischio cardiovascolare a cura dei reparti di Cardiologia dalle ore 10 alle ore 18 con accesso libero. Saranno presenti l'assessore regionale alla Salute Raffaele Donini, la sindaca di Piacenza Patrizia Barbieri e il direttore generale dell'Ausl Luca Baldino. Per l'ingresso e la partecipazione non è necessario il Green Pass, l'accoglienza viene garantita dai volontari del Rotary Club del Gruppo Piacentino, per la rilevazione della temperatura e la compilazione del questionario di accesso.