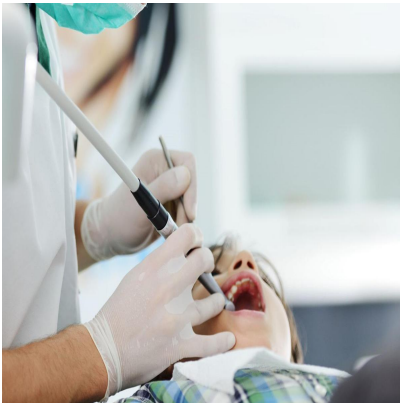




Giornata del self-care: prendersi cura della bocca primo passo per star bene

Descrizione

(Adnkronos) - Adottare comportamenti quotidiani che contribuiscano a preservare il benessere nel tempo e non prendersi cura di sé solo quando emerge un problema di salute. È questo il significato più attuale del self-care: un approccio sempre più orientato alla prevenzione, alla consapevolezza e alla responsabilizzazione individuale. In occasione della Giornata mondiale del Self-Care (24 luglio), Haleon rinnova il proprio impegno nel promuovere la cultura della prevenzione e dell'educazione sanitaria, contribuendo a promuovere una maggiore consapevolezza del ruolo della salute orale quale parte integrante del benessere complessivo delle persone.

I dati del "Global State of Health & Wellness 2025" di NielsenIQ mostrano che il 64% dei consumatori dell'Europa occidentale si considera proattivo nella gestione della propria salute e del proprio benessere. In questo contesto si riferisce la farmaceutica in una nota - la salute orale rappresenta uno degli esempi più concreti di come la prevenzione possa tradursi in gesti quotidiani capaci di generare benefici nel lungo periodo. La salute orale è sempre più riconosciuta come una componente integrante della salute generale e della qualità della vita, poiché la bocca consente di svolgere funzioni essenziali come mangiare, respirare e parlare: un cavo orale in salute contribuisce inoltre all'autostima, alle relazioni sociali e alla piena partecipazione alla vita quotidiana.

Secondo l'Oms (Organizzazione mondiale della sanità), le malattie del cavo orale che colpiscono circa 3,5 miliardi di persone nel mondo, con una prevalenza globale stimata pari al 45% - condividono molti dei principali fattori di rischio delle più diffuse malattie non trasmissibili, tra cui diabete, malattie cardiovascolari, tumori e patologie respiratorie croniche. Nonostante la loro diffusione, molte di queste condizioni sono ampiamente prevenibili attraverso comportamenti corretti e interventi tempestivi. Per questo motivo l'Oms richiama la necessità di favorire il passaggio da un approccio prevalentemente curativo a uno maggiormente orientato alla prevenzione e alla promozione della salute.

La prevenzione afferma Consuelo Sanavia, dottore in Igiene dentale, past presidente Sisio (Società italiana della scienza dell'igiene orale) - rappresenta il primo strumento a disposizione delle persone per proteggere la propria salute nel tempo. Nel caso della salute orale, l'adozione di corrette abitudini di igiene orale e la consapevolezza del legame tra salute orale e salute generale

possono contribuire in modo significativo al benessere individuale e alla qualità della vita. Promuovere la cultura della prevenzione significa aiutare i cittadini a compiere scelte più consapevoli e a mantenere più a lungo il proprio stato di salute•.

La diffusione di comportamenti orientati alla prevenzione passa anche attraverso l'accesso a informazioni corrette e il supporto dei professionisti sanitari, che svolgono un ruolo fondamentale nell'accompagnare i cittadini verso scelte consapevoli. Il self-care oggi non coincide soltanto con la gestione dei disturbi lievi, ma esprime un modo più consapevole di prendersi cura di sé•, sottolinea Paolo Levantino, farmacista clinico e Past Secretary Fenagifar (Federazione nazionale associazione giovani farmacisti). La vera sfida continua a trasformare la prevenzione da principio generale a pratica concreta, integrata nella vita di ogni giorno. In questo percorso, il supporto dei professionisti sanitari è fondamentale per promuovere l'educazione alla salute, sostenere l'adozione di corrette abitudini e offrire un orientamento qualificato in base ai bisogni della persona•. In questo percorso, la farmacia continua a rappresentare uno dei presidi sanitari di prossimità più importanti, grazie alla capacità di offrire orientamento, supporto e consigli personalizzati sui comportamenti di prevenzione e sulla corretta gestione della salute quotidiana.

La Giornata mondiale del Self-Care dichiara Marco Dorigo, General Manager Italy & Southern Europe di Haleon rappresenta un'importante occasione per riflettere sul ruolo che ciascuno di noi può svolgere nella tutela della propria salute. In Haleon, crediamo che la prevenzione e l'accesso a informazioni affidabili siano strumenti fondamentali per aiutare le persone a compiere scelte consapevoli ogni giorno. La salute orale conclude uno degli esempi più concreti di come piccoli gesti quotidiani possano contribuire a prevenire e gestire condizioni molto diffuse, come sensibilità dentale e patologie gengivali, incluse forme più severe come la parodontite, generando benefici duraturi per il benessere individuale e contribuendo a un sistema salute più sostenibile•.

•

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Luglio 21, 2026

Autore

redazione