

SCUOLA MEDIA STATALE'

"F. DE IORIO"

PATERNOPOLI



CLASSE I  
SEZ. A



"RISPETTIAMO IL NOSTRO  
CORPO"

ANNO SCOLASTICO 1995-96

# EDUCAZIONE ALLA SALUTE

## "RISPETTIAMO IL NOSTRO CORPO"

### Finalità:

- responsabilizzare i ragazzi rispetto alla loro igiene personale;
- far comprendere che avere un aspetto gradevole, vedere e sentire bene, avere un buon olfatto, ecc. dipendono soprattutto dall'attenzione che ognuno di noi dedica a se stesso.

### Obiettivi:

- acquisire una specifica conoscenza dell'importanza dell'igiene personale;
- conoscere le principali regole dell'igiene personale;
- prendere coscienza del rapporto igiene-salute;
- saper scegliere tra i prodotti igienici offerti dal mercato;
- acquisire la consapevolezza che per mantenere una buona salute bisogna tenere il corpo pulito e in buona forma;
- conoscere le precauzioni che sono utili per non ammalarsi e non trasmettere la malattia agli altri;

### Contenuti:

- conoscenze igieniche e sanitarie nel corso della storia;
- la pelle, i sensi e la sensibilità;
- problemi e precauzioni;
- racconti, pozioni miracolose;
- occhi: vista e occhiali;
- orecchie: suono e sicurezza;
- naso: profumi e odori;
- la bocca, la lingua e i denti;
- prevenzione delle malattie dentarie;
- "Cosa possiamo fare da noi per i nostri denti?".

### Metodologia:

- Inchieste;
- questionari;
- raccolta di dati;
- lavoro individuale e di gruppo;
- attività operative;
- incontro con esperto.

### Strumenti:

- libri di testo;
- testi scientifici e riviste specialistiche;
- videocassette;
- giornali;

### Verifiche:

- cartelloni;
- tabulazioni di dati e grafici;
- relazioni.



# Educazione alla salute

## Igiene personale

L'igiene personale vuol dire comprensione e cura sia della mente che del corpo.

Per mantenere una buona salute fisica bisogna tenere il corpo pulito e in buona forma. Pelle, capelli e unghie ben curati e un corpo pulito, o che almeno non abbia un cattivo odore, sono il risultato di una corretta igiene personale.

Tutto ciò che occorre per un corpo fresco e sano è avere buone abitudini e buon senso .

## La pelle

La pelle non è soltanto una copertura del nostro corpo, ma è uno degli organi estesi e più sensibili, copre le superfici esterne del corpo senza interruzione e continua con le membrane interne degli orifizi : sugli occhi diventa trasparente. La pelle è composta da due strati : uno superficiale chiamato epidermide, ed uno più profondo chiamato derma. La pelle produce peli, corna, speroni (del gallo), becchi, fanoni e unghie.

## Cura della pelle

Dobbiamo fare il bagno e lavare la pelle per tenerla pulita non solo per rimuovere lo sporco superficiale ma anche per rimuovere le secrezioni della pelle . La pelle sporca può ospitare infezioni e farci ammalare.

Se si lasciano accumulare i prodotti di rifiuto del corpo secreti dalla pelle , si comincia ad emanare un cattivo odore sia dal corpo che dai nostri vestiti.

Inoltre si attraggono più germi, polvere e sporcizia.

Due regole fondamentali per avere la pelle sana sono tenerla pulita e asciutta .

Se la superficie della pelle non è asciutta la sua normale funzione viene compromessa. Le lesioni della pelle danno accesso a germi o a parassiti e alle infezioni micotiche , per esempio scabbia , verruche . Altre malattie della pelle possono essere dovute ad allergie o ad infezioni virali o a reazioni all'eccessivo uso di cosmetici o prodotti da toeletta . Certi segni o macchie sulla pelle possono essere sintomi di malattia(rosolia , morbillo , varicella etc.) .

Nella pubertà le ghiandole sudorifere si sviluppano in modo particolare in alcune parti , e le parti umide calde del corpo dovrebbero essere lavate più frequentemente .

Nell'adolescenza inoltre diverse ghiandole cominciano a funzionare e a causare cambiamenti nella pelle .La pelle del viso può tendere all'untuosità e può comparire l'acne . I punti neri e i punti bianchi sono comuni ed hanno bisogno di una cura speciale per prevenire cicatrici o macchie . Possono rimuovere le cicatrici se queste lesioni vengono schiacciate o grattate .

## Funzioni della pelle

La pelle serve al corpo per :

- Fornire una protezione fisica per gli organi interni .
- Fornire una barriera contro l'invasione dei germi .
- Regolare la temperatura del corpo .
- Liberare il corpo dalle scorie .
- Fornire il senso del tatto .
- Produrre la vitamina D.
- Secernere il sebo che aiuta la pelle ad essere impermeabile

## Come è protetto il corpo degli animali

Anche tra gli animali ci sono i fortunati e quelli che lo sono meno : vi sono cioè animali cui la natura ha dato tanto e altri che hanno ricevuto in minor misura . Cerchiamo di chiarire con un esempio questo pensiero . Sappiamo che uno dei più acerrimi nemici degli animali è costituito dalle intemperie (freddo o caldo eccessivi, umidità , venti furiosi, siccità etc.) Ebbene non tutti gli animali sono stati provvisti del rivestimento necessario per far fronte a questo nemico . Ci sono infatti uccelli che sono costretti a migrare per sottrarsi ai rigori del freddo ; alla invece , non essendo in grado di affrontare lunghissimi viaggi , non possono allontanarsi al sopraggiungere del freddo che spesso li uccide . I più fortunati sono quegli animali cui la natura ha dato il "vestito " adatto : grazie a questo essi possono sfidare tranquillamente il clima del luogo in cui si trovano. Il rivestimento che ricopre il corpo può rappresentare per l'animale un'armatura difensiva, oppure un mezzo di locomozione, di offesa etc..

**I peli** sono il rivestimento del corpo dei mammiferi. Vi sono animali che hanno peli lunghi e grossi, altri che sono rivestiti di peli corti e sottili, altri ancora che ne hanno una tale quantità da essere ricoperti da una vera e propria pelliccia. Tale diversità di rivestimento è soprattutto in relazione con le condizioni climatiche.

**Le penne e le piume** costituiscono il rivestimento tipico di tutti gli uccelli. Tale rivestimento è soggetto a mute periodiche, cioè cade e viene sostituito.

**Le piastre ossee e le squame** rivestono i rettili. Questo rivestimento viene mutato periodicamente. I viparidi lo cambiano in un modo piuttosto strano : giunto infatti il momento della muta essi scivolano fuori dal sottile strato di cui devono liberarsene.

**Le scaglie** ricoprono i pesci. Questi animali acquatici possono avere altri tipi di rivestimento ( piastre e placche ossee di forma e spessore diversissimi ). Lo storione, per esempio, assai diffuso nei mari della nostra Penisola, ha il dorso, il ventre e i fianchi ricoperti da diverse serie di piastre ossee. Un pesce dal rivestimento caratteristico è la bavosa. La pelle del suo corpo è nuda e molto viscosa.

Il rivestimento di alcuni invertebrati non ha soltanto le funzioni di proteggere il corpo ma assolve altri importanti compiti.

Il rivestimento dei vermi, che vivono parassiti nel corpo di altri animali o dell'uomo stesso, è costituito da una cuticola ( sottilissima membrana ) semi permeabile. Essa serve per la nutrizione dell'animale: infatti permette il passaggio delle sostanze nutritive che il verme trova nel corpo in cui vive.

## Locuzioni diverse sulla pelle

**Ridursi pelle e ossa** :essere molto magro

**Avere la pelle dura** :essere molto resistente alle fatiche , non cedere di fronte alle avversità .

**Non stare nella pelle** :non riuscire a contenere la propria contentezza , la propria impazienza .

**Levar la pelle a uno** :rimproverarlo con gran asprezza.

**A fior di pelle, in pelle in pelle , pelle pelle , tra pelle a pelle** :in superficie, superficialmente.

**Avere i nervi a fior di pelle** :essere molto nervoso .

**Far la pelle a uno** :ucciderlo .

**Riportare a casa la pelle** :salvarsi da un pericolo mortale .

**Rischiare la pelle** : affrontare un grave pericolo .

**Vendere cara la pelle** : difendere la propria vita accanitamente e sino all'estremo .

**Ne va la pelle** :c'è pericolo di morire .

**Per la pelle** :per la vita , a costo della vita.

**Essere amici per la pelle** : essere molto amici .



# UNA REGOLA GENERALE

SAPPIAMO CHE GLI ANIMALI ESISTENTI SONO SUDDIVISI IN DUE GRANDI GRUPPI: VERTEBRATI (CON SCHELETRO) E INVERTEBRATI (PRIVI DELLO SCHELETRO). QUESTI DUE GRUPPI SI SUDDIVIDONO A LORO VOLTA IN VARIE CLASSI. DIAMO QUI UNO SCHEMA PER FAR NOTARE CHE AD OGNI CLASSE CORRISPONDE IN GENERE UN DETERMINATO TIPO DI RIVESTIMENTO.

## VERTEBRATI

CLASSE	RIVESTIMENTO	
MAMMIFERI	PELI	
UCCELLI	PIUME E PENNE.	
RETTILI	SQUAME OSSEE O CORNEE E PIASTRE OSSEE.	
ANFIBI	PELLE NUDA (CIOE SENZA ALCUN RIVESTIMENTO).	
PESCI	SCAGLIE E PIASTRE	

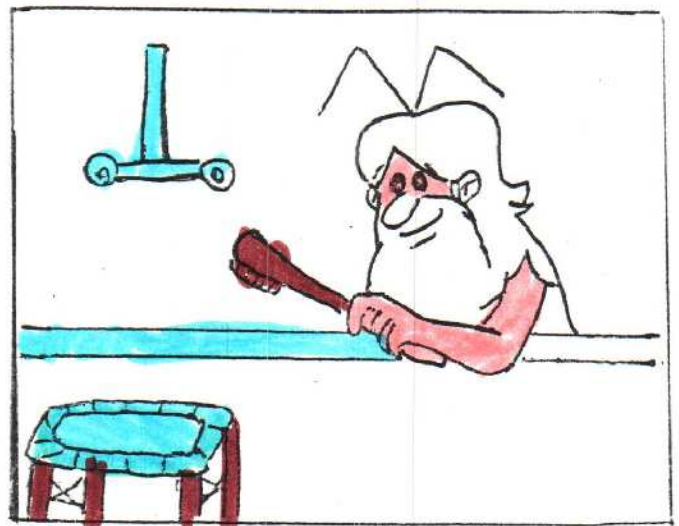
## INVERTEBRATI

CLASSE	RIVESTIMENTO	
CORAZZA	CHITINOSA	
ACQUEI	RICCIO DI MARE	
CONSCAIGLIA	CHITINOSA	

ECCO LE REGOLE BASI= LARI PER LA CURA DELLA PELLE:

-LAVARSI CON ACQUA E SAPO= NE.

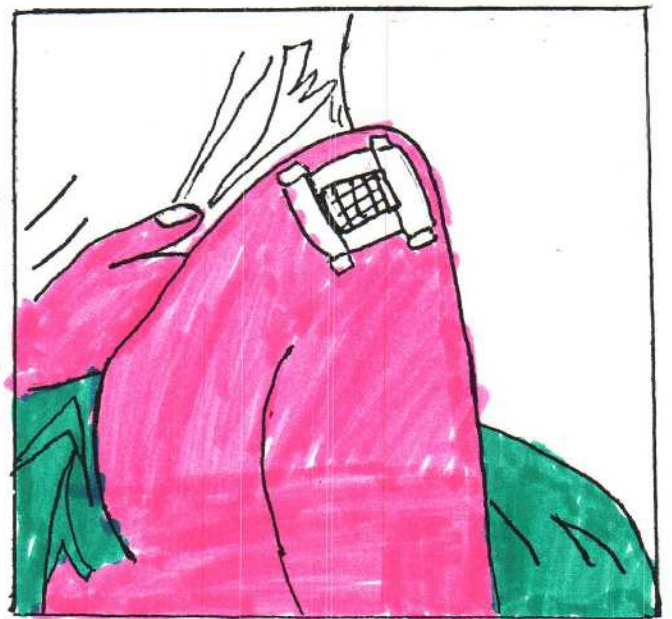
-PRENDERE LE DOVUTE PRECAU= ZIONI CONTRO I RAGGI ULTRAVIOLET= TI DEL SOLE.





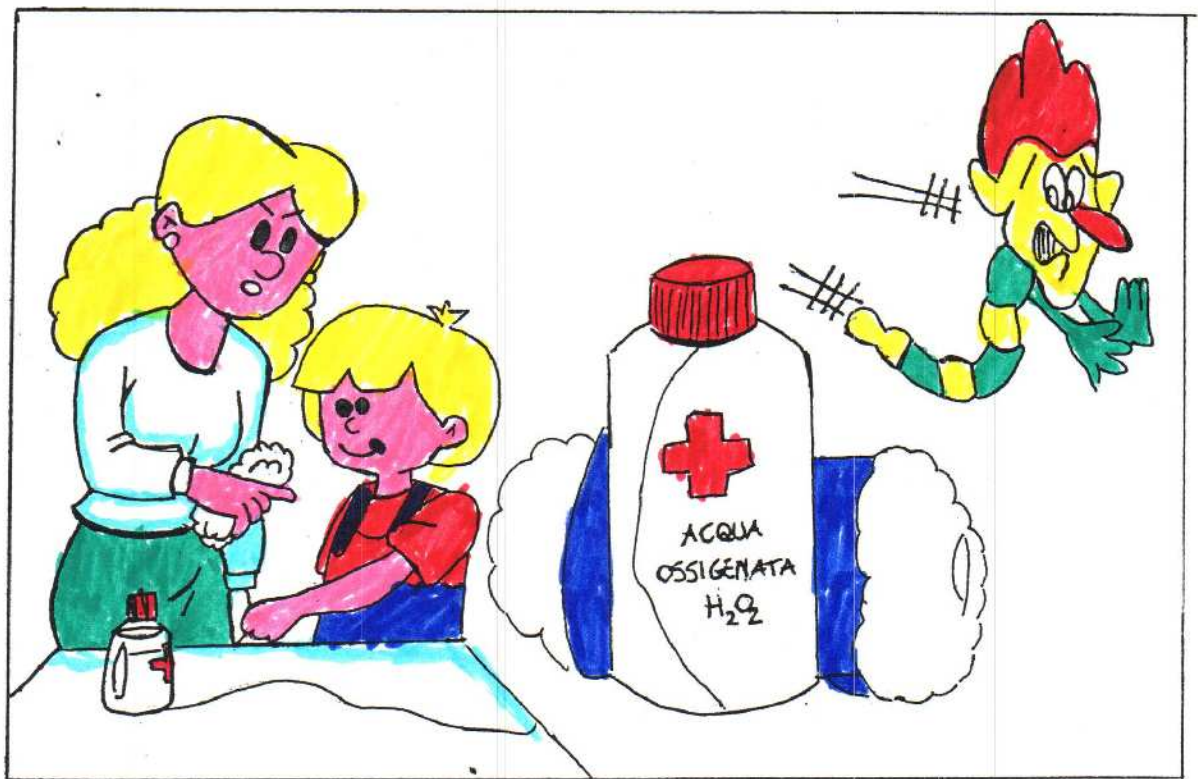
# IMPARA A CURARE LE PICCOLE FERITE

Capita piuttosto spesso di procurarsi tagli, ferite o piccole escoriazioni. In questi casi è molto utile sapere che cosa fare. In primo luogo bisogna lavare la ferita con abbondante acqua e sapone, fino a eliminare completamente qualsiasi residuo di terra e di polvere o di altri corpi estranei. Poi si asciuga la pelle con garza sterile o con cotone idrofilo e si applica sulla ferita alcool o qualsiasi altro liquido disinfettante. Infine si bende la lesione con garza sterile e ceppo.



# L'ACQUA OSSIGENATA

L'acqua ossigenata, la cui formula chimica è  $H_2O_2$ , è usata abitualmente in medicina per le sue proprietà antiseptiche. Fu scoperta da Thénard nel 1818 e agisce sui germi patogeni, in quanto li distrugge opponendosi alla loro proliferazione. È indicatissima per curare lesioni cutanee, dal momento che non causa irritazioni e non distrugge le cellule sane.





## A quale velocità crescono i capelli ?

I capelli crescono a una velocità di 15 centimetri all'anno. Se non li tagliaste mai potrebbero crescere fino ad arrivare alla vita, ma non di più. I capelli continuano a crescere, ma quando ogni capello arriva a questa lunghezza, cade. Un nuovo capello inizia allora a crescere al suo posto.

## Perché alcune persone hanno i capelli dritti e altre li hanno ricci ?

Sulla nostra testa ci sono da 100.000 a 200.000 capelli che crescono da piccoli fori nella pelle chiamati follicoli. Quando cresce, il capello viene sospinto fuori dal follicolo come il dentifricio dal tubetto. La forma del follicolo rende il capello dritto, ondulato o riccio. Follicoli circolari producono capelli dritti, follicoli ovali danno capelli ondulati e i follicoli quadrati danno capelli ricci.



## Avere cura dei capelli

I capelli devono essere lavati con cura e frequentemente .

Ciò varia da individuo a individuo secondo il grado di secchezza e untuosità del tipo particolare di capelli . La cura dei capelli e la moda non vanno sempre d'accordo . E' un errore credere che i capelli siano la causa dei pidocchi e delle lendini , e che solo la gente sporca li può prendere . Non c'è nulla di cui vergognarsi se succede di avere questi indesiderati ospiti , ma bisogna impegnarsi con cure per rimuoverli completamente . Uno shampoo speciale toglierà i pidocchi ma le uova o le lendini , sono fortemente adese ai capelli , ed è necessaria una meticolosa ispezione col pettine per esportarle tutte . I pidocchi si possono trasmettere con spazzole e pettini sporchi , asciugamani e panni usati in comune . La forfora è pelle morta che si stacca dalla cute della testa sotto forma di piccole scaglie che rimangono impigliate nella capigliatura . La forfora può sparire spontaneamente in ambienti assolati all'aperto o se chi ne soffre cambia la sua dieta , eliminando gli accessi di carboidrati . Si può tuttavia curare con l'uso di shampii speciali .

Spazzolarsi , pettinarsi e lavarsi regolarmente i capelli aiuta a tenerci sani e contribuisce notevolmente al miglioramento dell'aspetto personale.



## Locuzioni diverse sui capelli :

**Sembrare un capello** : detto di cosa molto sottile e allungata.

**Di un capello** : in minima parte ; per nulla : "le preghiere... non valsero a smuoverla di un capello della sua sentenza" ( Collodi ).

**Mettersi le mani nei capelli . Strapparsi i capelli** : essere grandemente disperato.

**Prendersi per capelli** : litigare e venire alle mani.

**Essersi tirato per i capelli** : essere spinto a fare qualcosa del tutto contro voglia.

**Tirato per i capelli** : forzato e spinto oltre il significato naturale.

**Averne fin sopra i capelli** : essere stufo, non poterne più.

**Fin sopra i capelli** : completamente ; eccessivamente : " Don Gonzalo , ingolfato fin sopra i capelli nelle faccende della guerra" ( Manzoni ).

**Fino alla punta dei capelli** : moltissimo, profondamente.

**Far venire i capelli bianchi** : impaurire o affliggere profondamente.

**Far rizzare i capelli** : terrorizzare, far inaridire.

**Rizzarsi i capelli** : provare profondo raccapriccio.

**Tagliare, spaccare un capello in quattro** : esaminare con eccessiva pedanteria una cosa..

**C'è mancato un capello** : c'è mancato pochissimo.

## Acconciatura

In ogni tempo l'acconciatura dei capelli è stata assai curata. Babilonesi, Assiri, Egiziani portavano già la parrucca. Una legge impediva agli ebrei di tagliarsi i capelli vicino alle tempie : l'usanza vive ancora nelle comunità Giudaiche d'oriente e anche dell'Europa Orientale. L'acconciatura dei Greci in epoca Arcaica era identica per i due sessi, ossia formata di trecce e riccioli tenuti fermi da spirali metalliche di cui si è trovata traccia nelle tombe. Dopo le guerre Persiane i giovani portavano i capelli corti, più adatti agli esercizi ginnici, le donne tennero i capelli alti sulla fronte che scendevano poi a coda sulla nuca annodati da nastri.

L'acconciatura presso gli Etruschi e i Romani subì un'evoluzione simile a quella dei Greci. La moda di tingersi i capelli, già in auge nell'antico Egitto ebbe grande sviluppo a Roma. Nel periodo Imperiale fu una vera e propria invasione di posticci. Durante il Primo Impero, ad esempio, le donne romane amavano tingersi i capelli di rosso o si mettevano posticci fatti con i capelli ramati delle donne barbare. Un concilio del 672 proibì l'uso dei posticci considerandoli un'offesa al Creatore.

Sino al XVI secolo circa le giovani portavano i capelli lunghi e ondulati, sia sciolti sia raccolti in trecce mentre le maritate li nascondevano sotto la cuffia.

Nel XVI secolo l'acconciatura femminile diventò ancora più complicata. I capelli erano pettinati gonfi oppure ondulati.

Nel XVII secolo si tagliavano le ciocche che cadevano sulla fronte e si lavoravano le altre in medaglioni o trecce pendenti ai lati.

In seguito si svilupparono le acconciature piramidali che raggiunsero forme esasperate nel XVIII secolo ( a nave, a pagoda, a tempio etc. ), con l'aiuto di molti posticci i capelli, in questo periodo, venivano cosparsi di polvere rossa sostituita poi con polvere bianca ; le complicate architetture erano ornate da piume, collane, pietre e brillanti. In quest'epoca si diffuse moltissimo l'uso della parrucca.

La Rivoluzione Francese riportò le acconciature alla moda antica, Greca e Romana.

La semplicità graziosa dell'acconciatura sia pure con molte varianti, ha caratterizzato la moda del secolo XIX.

**Le acconciature più voluminose sono quelle che i Papua sfoggiano in occasione di cerimonie : possono infatti arrivare fino ad un metro di altezza sopra il capo.**



## Parrucca.

Gli Egizi si rasavano i capelli, ma per proteggersi dal sole durante le cerimonie o quando uscivano, portavano parrucche di erine o di piante intrecciate. I Medi, i Caldei e gli Assiri osservavano la stessa usanza. Nell'antica Roma gli uomini portavano la parrucca per nascondere la calvizie. Nel Medioevo le parrucche caddero in disuso, anche per l'ostilità della chiesa. Le dame del XIV Sec. ripresero l'uso di portare trecce posticce. Nel XIV Sec. si portavano in prevalenza parrucche complete, in genere di colore biondo, che era allora il più pregiato: la parrucca era fatta di un tessuto molto sottile su cui i capelli venivano infilati ad ago. Soltanto sotto Luigi XIII, affetto da incipiente calvizie, si diffuse universalmente, anche per gli uomini, la moda di portare la parrucca, riunendo i capelli a trecce su una calotta. Sotto Luigi XIV la parrucca divenne monumentale, con boccoli rigidi, a più piani, ricadenti sulle spalle e sul dorso. Dopo questo tipo di parrucca si ebbero quella a boccoli corti e riportati in avanti, e la parrucca alla spagnola, che arrivava all'altezza delle spalle. Le parrucche naturali imitavano una capigliatura di lunghezza media; vi erano inoltre le trecce da fissare alle tempie e i posticci a boccoli che si applicavano con un cordone girato intorno al capo e annodato. Le parrucche degli ecclesiastici seguivano l'usanza adottata sotto Luigi XIII (parrucche a corona, dette anche parrucche da abate). Nel Settecento le parrucche venivano abbondantemente incipriate, e si adottarono parrucche bianche o argentate. L'uso della parrucca, in declino durante la Rivoluzione Francese, ritornò per breve tempo sotto la restaurazione: soltanto in tempi recenti la parrucca è riapparsa nella moda come acconciatura femminile, spesso anche di colori che non imitano affatto quello dei capelli.

## Copricapo

Il copricapo ha assunto le più svariate fogge nei differenti paesi ed epoche, tanto per gli uomini che per le donne. Inoltre le varie fogge hanno spesso distinto le diverse classi sociali, anche prescindendo dai copricapi particolari dei Re (diademi, corone), del clero (mitra vescovile, galero cardinalizio, triregno papale) o delle forze armate (elmi, chepi, lucerne, etc.).

Benché il cappello di paglia, di feltro, di pelle d'animale sia stato usato nell'antichità, la benda annodata sulla nuca fu il copricapo più comune. Fu ancora in uso nel Medioevo, assumendo però spesso forme più ricche e ornate. Il berretto, anch'esso noto nell'antichità, diede origine a vari tipi di calotte che nel XV Sec. si innalzarono a forma di cono e assunsero altri aspetti strani e bizzarri. Comune ai due sessi fu l'almozia, adottata anche dai canonici nel XI Sec. Il cappello vero e proprio in feltro, in paglia, in giunco, con le tese piatte, talvolta con una punta nella parte anteriore apparve in Europa verso l'XI Sec.: lo si metteva sull'almozia o sul berrettino di tela o di lana. Nell'XVI Sec. a Firenze si diffuse l'uso di un tocco a falde rialzate, che si portava direttamente sui capelli. Più tardi, il cappello fu ornato di pennacchi o di nastri, e assunse forma triangolare.

Durante la Rivoluzione Francese si ebbe il trionfo del berretto frigio; seguì poi la moda del cilindro (che viene chiamato Gibus, se si può appiattare e ripiegare) di seta nera o felpato, e si affermarono varie fogge di cappelli di paglia (come il panama), il basco, la bombetta, ancora assai usata in Inghilterra ed infine il cappello floscio, in genere di feltro, attualmente in uso.

I copricapi servono per proteggere il capo.

Possono essere di metallo o di cuoio o di materie plastiche:

**casco da motociclista**

**casco da minatore**

**casco da pugile**: nel pugilato viene impiegato solo durante gli allenamenti.

**casco da corridore**

**casco da automobilista**

**casco da scooterista**

**casco da rugby americano**

**casco da astronauta**

**casco da palombaro**

**casco coloniale**: copricapo di sughero ricoperto di tela usato nei paesi tropicali.

*con elmo*  
**Elmo** : in passato i combattenti si proteggevano il capo. L'elmo metallico comparve nell'età del bronzo. La forma variò da popolo a popolo e nelle successive epoche. Fra gli elmi dell'antica Grecia si ricorda quello corinzio dotato di nasale e para guance a cerniere. L'elmo dei romani era decorato e arricchito del cimiero. Nel Medioevo gli elmi persero in eleganza e in leggerezza. Dal XIV all'inizio del XVI sec. ebbero grande importanza gli elmi da torneo. Col diffondersi delle armi da fuoco l'elmo scomparve dall'equipaggiamento della fanteria. Oggi è ancora in uso come elemento decorativo, nelle uniformi tradizionali di alcuni corpi con compiti di rappresentanza (corazzieri, guardie Svizzere - Vaticane etc.).

#### **Casco da aviatore**

##### **casco integrale**

**caschi blu** : sono i soldati inquadrati nella forza militare internazionale dipendente dall'ONU e che sono equipaggiati con elmo di colore blu.

**Ai sensi della legge dell'1 Gennaio 1986 è obbligatorio l'uso del casco protettivo della guida di motocicli, ciclomotori e moto carrozzate.**

**Cappello** : copricapo di materiali e fogge varie.

### Locuzioni diverse sul cappello.

**Levarsi il cappello. Fare tanto di cappello** : rendere omaggio, considerare con rispetto.

**Prender cappello** : offendersi.

**Fare il giro col cappello** : fare la questua.

**Appendere o attaccare il cappello** : detto dell'uomo che sposandosi vive a carico dei suoceri.

**Prendere il cappello** : accomiatarsi.

**Cappello sulle ventitrè** : inclinato da un lato.

**Cappello a lucerna** : con due punti, tradizionale dei carabinieri.



a cura del **Metodo Cruz+Verde**

**CAMPAGNA CONTRO LA PEDICULOSI**

**I PREPARATI CRUZ VERDE SONO DISINFESTANTI.  
LEGGERE ATTENTAMENTE LE AVVERTENZE.**



# ALCUNI COPRICAPI



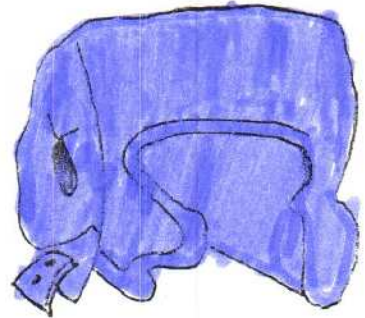
DA SCOOTERISTA



INTEGRALE



DA ASTRONAUTA



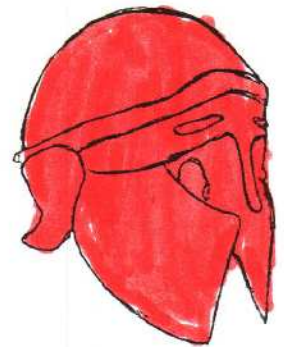
DA PUGILE



COLONIALE



DA RUGBY AMERICANO



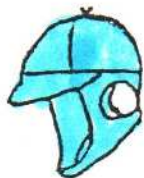
ELMO



DA MINATORE



DA MOTOCICLISTA



DA CORRIDORE  
AUTOMOBILISTA



DA PALOMBARO



**PIÙ PROTEZIONE**  
con il complesso  
antiossidante filtri  
UV E Vitamina E.

**PIÙ RAZZA**  
grazie all'azione  
fattori naturali (NMF).

**WELL**  
PROTECT

**EXCELLENCE**  
Color

**non cala**

**colore più o lungo**

**senza capelli bianchi**

**EXCELLENCE**

**ACIDI VEGETALI DI SYSTEM PROFESSIONAL:  
LUNGA VITA A COLORE E PERMANENTE.**

Coloranti a lunga permanenza, con un pH superiore a quello dei capelli, si applicano con un tempo di posa prolungato e possono irritare il cuoio capelluto. System Professional ha studiato una formula innovativa che protegge il cuoio capelluto e i capelli durante l'azione colorante. La formula System Professional è arricchita con acidi vegetali che proteggono il cuoio capelluto e i capelli durante l'azione colorante.

**SOLO DAL TUO PARRUCCHIERE SYSTEM PROFESSIONAL**

**L'ORÉAL PARIS**

**ELSEVE**  
KERATTIFICANTE INSTANTANEO

CAPELLI SUBITO RIGENERATI,  
PIÙ BRILLANTI E SETOSI  
GIORNATA DOPO GIORNO

SENZA RISCALDARE

PROTEZIONE UV

CONCENTRATO MULTIVITAMINICO  
E-PP-SS

SALUTE E BRILLANTEZZA  
PER TUTTI I TIPI DI CAPELLI

SENZA RISCALDARE

**Top Model No. Bioscalin**

**Bioscalin**  
IN FARMACIA

Forza e luminosità del capello

UN FO' DI PUBBLICITA'

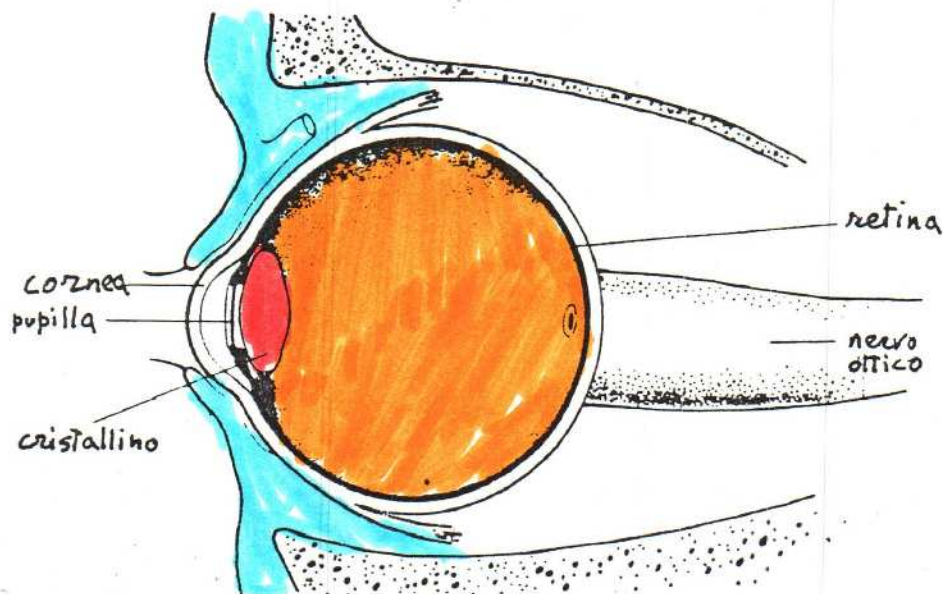


# GLI OCCHI

## Cura degli occhi

Le regole per curare gli occhi sono un po' diverse da quelle che si seguono per curare il corpo nel complesso.

Se gli occhi funzionano in modo soddisfacente, lasciateli stare. Se sembrano insolitamente stanchi e irritati, allora e' necessario consultare un esperto. L'occhio ha una copertina anteriore trasparente, detta cornea che lascia entrare la luce. Le palpebre sono ricoperte internamente da una membrana chiamata **congiuntiva**, e le ghiandole lacrimali producono un liquido trasparente per levare via la polvere e tenere pulita la superficie ottica. Gli occhi possono essere soggetti ad infezioni, per esempio orzaioli, congiuntiviti, eccetera. Sono causati dagli stessi germi che infettano la pelle. Esistono anche problemi di cecita' ai colori (acromatopsia) e difetti di vista, per esempio miopia e ipermetropia che comportano la necessita' di portare occhiali o anche lenti a contatto.



A parte gli occhiali esistono altri aiuti per la vista:

**Monocolo**: lente a contatto che viene messa solo sopra a un occhio per correggere la vista.

**Lente d'ingrandimento**: e' una lente di convergenza usata per vedere oggetti molto piccoli; essa consente di vedere l'immagine diretta notevolmente ingrandita.

**Microscopio**: strumento di vario tipo capace di rappresentare un'immagine fortemente ingrandita di oggetti ed elementi piccolissimi, non rilevabili a occhio nudo, rendendone cosi' possibile l'osservazione dettagliata.

**Telescopio**: strumento ottico per osservare e studiare oggetti lontanissimi e corpi celesti.

**Binocolo**: strumento ottico per ingrandire le immagini in visione binoculare, costituito da due cannocchiali accoppiati.

**Lenti a contatto**: piccole lenti plastiche in sostituzione degli occhiali applicate sulla superficie anteriore dell'occhio, direttamente sulla cornea.

**Periscopio**: dispositivo ottico che consente di vedere di vedere oggetti di diversa quota.

E' necessario osservare:

- Chi ha bisogno degli occhiali deve portarli sempre.
- La luce deve essere sempre adeguata e orientata sul proprio lavoro o sul libro che si legge, mai contro gli occhi.
- E' importante tenere una distanza adatta dal proprio lavoro, da cio' che si legge, dal televisore, eccetera.
- Fare attenzione agli occhiali da sole economici o rigati, e al loro abuso.
- Proteggere sempre gli occhi dalla polvere e dalle schegge (e' necessario l'uso di occhiali protettori quando si fanno certe operazioni nel laboratorio o a casa).



- Evitare di sfregarsi gli occhi per quanto a' possibile .

## Locuzioni

Occhio ! : bada , fai attenzione .

A occhio : senza strumenti appositi e quindi approssimativamente .

A occhio nudo : senza l' aiuto di strumenti ottici .

Sotto gli occhi : in presenza una data persona .

A perdita d'occhio : per uno spazio assai grande .

A vista d'occhio : detto di un mutamento che avviene con grande rapidita' .

In un batter d'occhio : in tempo brevissimo .

A quattr' occhi : fra due sole persone , senza la presenza di alcun altro .

Un occhio della testa : una somma molto elevata .

Occhi chiusi : senza preoccupazioni , fidandosi completamente .

Occhi pesti : con occhiate profonde o annerte da un colpo violento .

Occhi lucidi : lustri , per febbre o in segno di commozione .

Occhi bovini : grossi sporgenti .

Occhi di pesce lesso : inespressivi , intontiti

Occhi dolci : che mostrano un languido amore .

Dare nell' occhio : attirare l' attenzione .

Tenere o non perdere d' occhio : tenere sotto continua sorveglianza visiva .

Avere l' occhio a qualcosa : prestare attenzione .

Avere negli occhi qualcosa : avere un preciso ricordo visivo .

Avere o aver fatto l' occhio su qualcosa : averne esperienza .

Leggere negli occhi : penetrare nell' anima di qualcuno attraverso l' espressione degli occhi .

Far tanto d' occhi : mostrare grande meraviglia .

Aver fino o fin sopra gli occhi : essere profondamente stanco , seccato di qualcosa .

Essere in qualcosa fino agli occhi : averne in grandissima quantita' .

Sognare a occhi aperti : fantasticare , generalmente, cose irrealizzabili .

Dormire a occhi aperti : avere grande sonno , stare all' erta .

aprire gli occhi a qualcuno : metterlo in guardia , rivelarvi una realta' evidente che non riesce a vedere .

Non avere piu' occhi per piangere : detto di chi ha molto pianto .

Cavare gli occhi a qualcuno : detto per esprimere desiderio di vendetta o di rabbia contro qualcuno .

Cavarsi o perdere gli occhi : consumarsi la vista in un lavoro minuto , o di pazienza .

Avere gli occhi fuori dall' orbita dalla testa : essere infortemente incollerito .

Non chiudere occhio : non poter dormire .

Stare con gli occhi bassi o abbassare gli occhi : in segno di timidezza , di vergogna o di colpevolezza .

Evitare gli occhi di qualcuno : per confusione o colpevolezza .

Guardarsi negli occhi : fissarsi reciprocamente .

Farsi gli occhi : truccarli .

Rifarsi gli occhi , ritemperarli : ricrearli guardando qualcosa di bello .

Balzare , saltare agli occhi : detto di una cosa molto evidente .

Mettere gli occhi addosso a qualcosa : desiderarla vivamente ; di persona , tenerla presente in vista di un determinato progetto .

Divorare con gli occhi : guardare con grande desiderio o affetto .

Essere tutt' occhi : essere concentrato nella vista di qualcosa .

Avere qualcosa sott' occhio : averla d' avanti o averla presente .

Voltare l' occhio : distrarsi brevemente .

Strizzare l' occhio : chiedere per un istante la palpebre in segno di intesa .

Chiudere un occhio : fingere di non vedere qualcosa ; tollerare una mancanza .

Non avere occhi per qualcuno : nutrire per lui una particolare predilezione .



# IGIENE DELLA VISTA

La vista è un organo prezioso e insostituibile, che dobbiamo curare con una serie di accorgimenti:

- **CONTROLLARE L'INTENSITÀ DELLA LUCE.** Se lavoriamo con

una luce fredda o teniamo troppo vicini il libro o il quaderno, sforziamo gli occhi inutilmente. Ogni volta che ci troviamo in riva al mare o in montagna (soprattutto se c'è neve) è bene portare gli occhiali da sole. Mai guardare direttamente il sole: è stato provato che un eccesso di luce negli occhi può provocare cecità.

- **EVITARE DI STANCARE**



**TROPPO** gli occhi. La giusta distanza tra un libro e i nostri occhi è di 25-30 cm. Una distanza diversa stanca inutilmente la vista.

- **CONTROLLARE LA VISTA NEI PRIMI ANNI DI VITA** mediante visite periodiche dall'oculista; in modo da correggere in tempo debito gli eventuali difetti visivi.

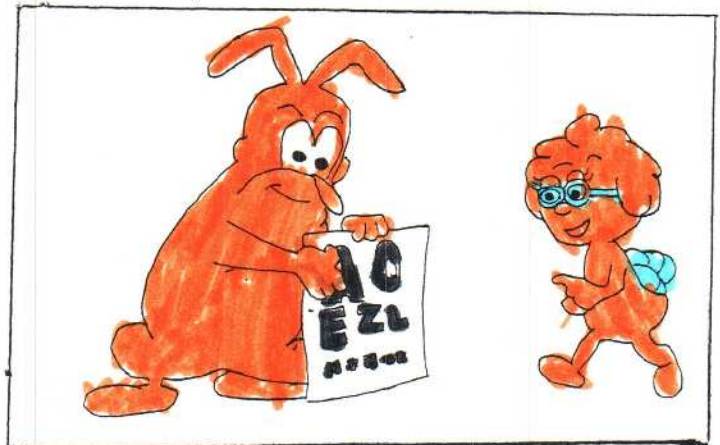
# ANOMALIE DELLA VISTA

Miopia. Si dice che una persona è miope quando non distingue bene gli oggetti lontani. Un miope per leggere deve avvicinare molto gli occhi al foglio stampato.

Ipermetropia. Questa anomalia è l'opposto della precedente. L'ipermetrope non vede bene gli oggetti vicini.

Presbiopia. È dovuta all'età, che causa un indurimento del cristallino, il quale perde quindi la sua abituale elasticità. Non accomodando più la curvatura per vedere gli oggetti vicini, la vista da vicino diventa difficoltosa.

Astigmatismo. Chi è affetto da questa alterazione vede gli oggetti lontani sfocati o deformati.





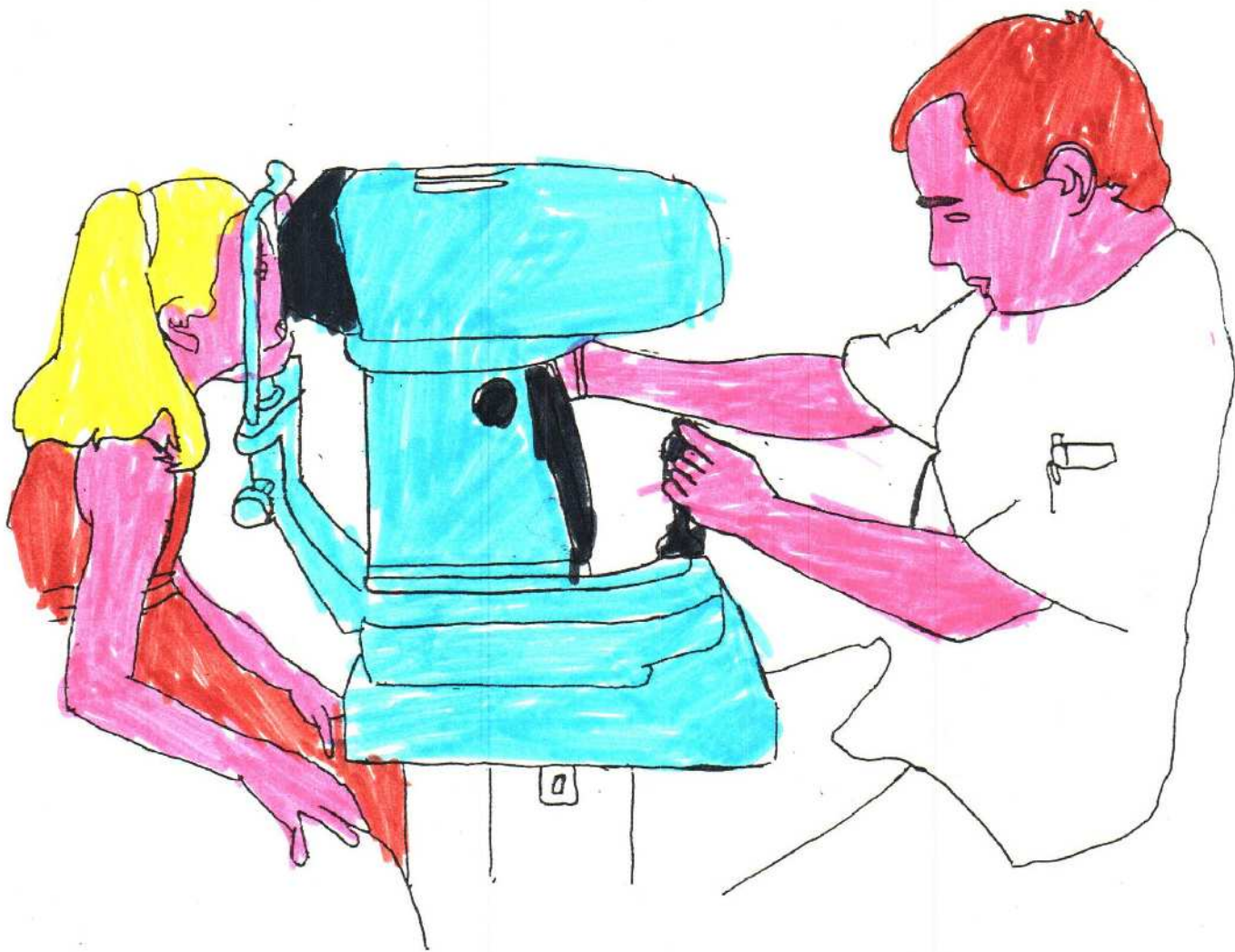
# LA VISTA NEI BAMBINI

I genitori devono controllare le abitudini del bambino rispetto alla vista. Se, ad esempio, guarda la televisione troppo da vicino, è il caso di fare un controllo oculistico.



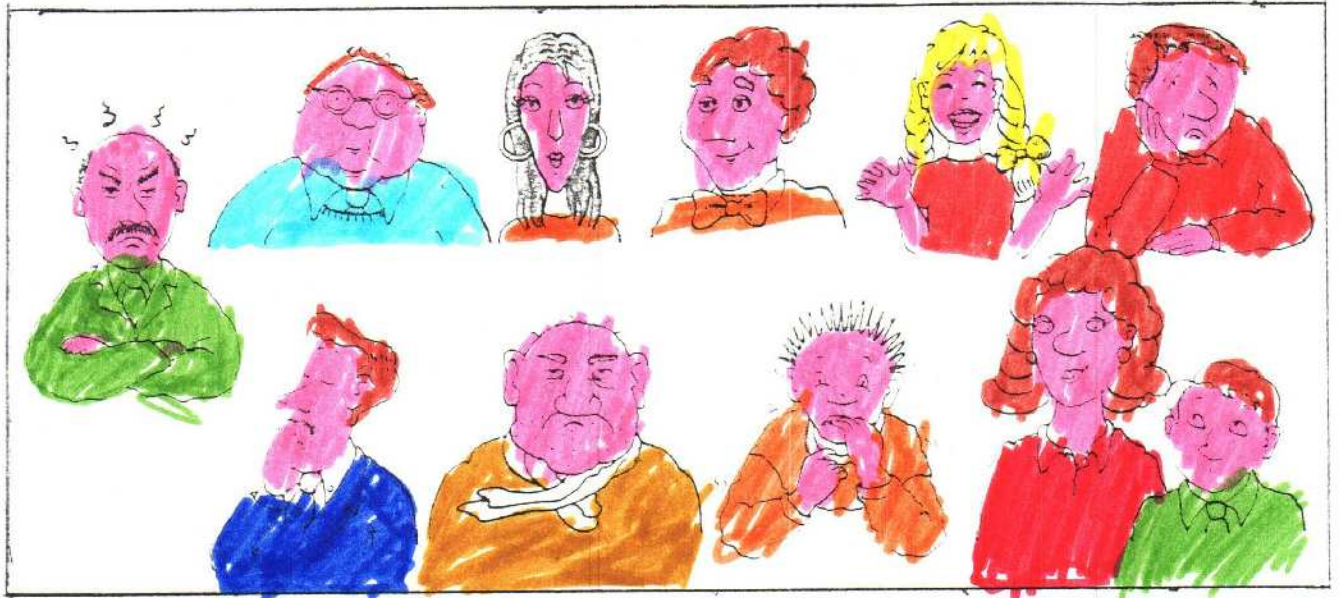
# LA VISITA DALL' OZULISTA

Fin da bambini dobbiamo curare i nostri occhi con visite periodiche dall' oculista. È l'unico modo per prevenire le anomalie della vista. Da grandi la soluzione potrebbe essere più difficile o addirittura impossibile.





Dalla espressione degli occhi si intruisce  
sentimenti e sensazioni di un personaggio:  
felicità, paura, allegria, dolore, soddisfazione,  
odio, amore, dubbio, rimprovero, lode, stu-  
pore, esultanza, ecc.





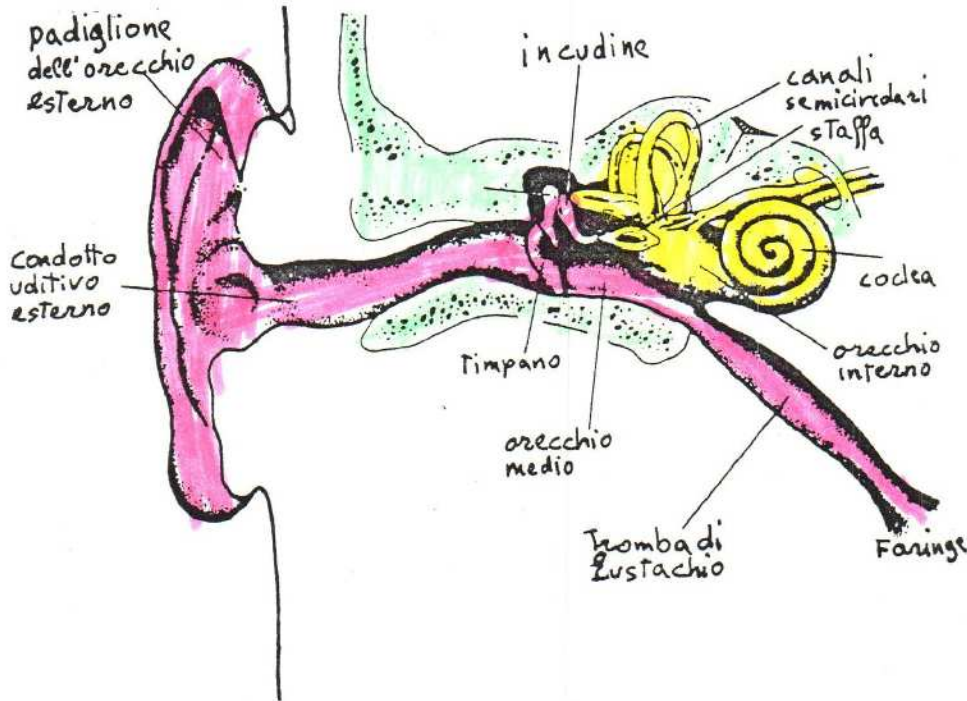
# L'ORECCHIO

## Cura dell' orecchio

Le orecchie devono essere pulite con cura, mai con oggetti duri . Bisogna ripulire accuratamente le orecchie dal cerume che vi si accumula . Se e' in eccesso notevole e' meglio rivolgersi al medico .

L' effetto del rumore sulla salute sta diventando sempre di piu' un problema di inquinamento acustico in tutto il mondo , e in alcune industrie e considerato precisamente pericoloso . Il rumore continuo della radio e la musica a volume eccessivo nelle discoteche e nei concerti , possono produrre effetti negativi sull' udito .

Alla crescente preoccupazione per le radio a transistor , si aggiunge il problema del traffico che diventa sempre piu' congestionato , veloce e rumoroso .



E' importante osservare i seguenti punti:

- Il fondo del condotto e' molto sensibile , quindi non spingete mai oggetti duri all' interno .
- Dopo aver nuotato asciugate con cura le orecchie .
- Usate una sciarpa o altri copricapi per proteggere le orecchie dal freddo eccessivo .

## Gli animali che hanno l' udito molto sviluppato

L' uomo puo' sentire suoni che variano da un basso brontolio ad un grido lacerante. Molti animali, compresi i cani sono in grado di udire suoni di tono decisamente troppo alto per noi. La portata dell' udito va dai 30 ai 20000 hertz (vibrazioni al secondo), quella di un pipistrello raggiunge i 100000 hertz.

I pipistrelli hanno olfatto e udito assai sviluppato; emettono suoni acuti e stridenti, emettono infatti ultrasuoni che, incontrando un corpo solido ne vengono riflessi e, captati dagli orecchi, consentono l' esatta localizzazione di oggetti anche molto piccoli.

Negli animali notturni la funzione uditiva ha un ruolo fondamentale per la sopravvivenza e i loro apparati acustici presentano adattamenti che consentono di sopperire con l' udito alla minore funzionalita' della vista . Il rinoceronte ha un udito finissimo e una vista poco acuta .

Il cane ha un ottimo udito con le orecchie che ruotano per localizzare la fonte del rumore. Il cane e' capace non soltanto di udire i suoni molto meglio di noi, ma anche di udire frequenze per noi assolutamente impercettibili; soprattutto nel campo degli ultrasuoni e cioe' dalle frequenze elevate.

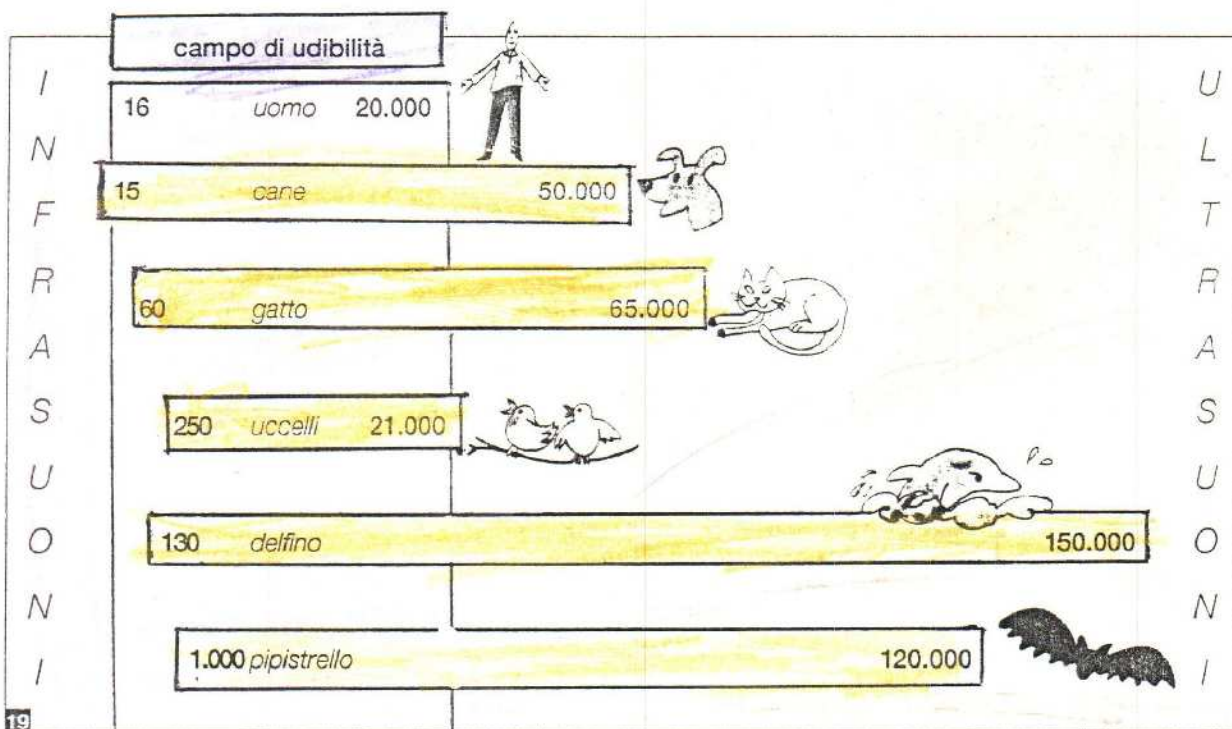
Il cavallo ha le grandi orecchie che possono ruotare per individuare la direzione di provenienze, dei rumori.



Nell' oscurita' totale i delfini sono in grado di dirigersi con perfetta sicurezza in un acquario in cui siano stati disseminati i piu' vari ostacoli. Per far questo, essi emettono continuamente ultrasuoni di cui percepiscono l' eco di rimando. A secondo del tempo di risposta e del tipo di eco, valutano in modo molto preciso la distanza che li separa dagli ostacoli sui quali i suoni vengono riflessi. Si tratta dell' individuazione degli ostacoli tramite l' eco. Grazie a tale metodo i delfini riescono a catturare le prede nell' oscurita' piu' completa.

Il gatto ha le grandi orecchie che captano anchi i piu' piccoli rumori.

Le farfalle, che individuano i gridi di alta frequenza dei pipistrelli, e possono quindi evitare di essere catturate. Negli uccelli la sensibilita' uditiva e' notevolmente sviluppata, e cio' sembra connesso con la loro capacita' di cantare.



### Locuzioni

- Parlare all' orecchio di qualcuno: in tono basso avvicinandosi all' orecchio perche' altri non possa sentire.
- Porgere, aprire, tendere l' orecchio: essere attento e cercare di capire.
- Stare in orecchi: molto attento, pronto a cogliere qualsiasi rumore.
- Restare in orecchio: ascoltare, con favore.
- Essere tutto orecchi: ascoltare attentamente.
- Tapparsi gli orecchi: non volere ascoltare.
- A orecchio, orecchiando: senza conoscere la musica, cantare, suonare a orecchio, per sentito dire senza una conoscenza diretta dell' argomento.
- Entrare da un orecchio e uscire dall' altro: detto di un discorso che fa alcune impressioni, che non lascia alcun ricordo.
- Portare il cappello sull' orecchio: porlo sul lato lato della testa, generalmente per darsi un' aria disinvolta e decisa.
- Tirar gli orecchi a qualcuno: rimproverarlo blóndemente per qualche marachella.
- Venire all' orecchio: venire a conoscenza.
- Non sentirci da un orecchio: non voler dar corso ad una richiesta.
- Avere gli occhi foderati di prosciutto: di persona che non sente o non vuol sentire.



## L'igiene dell'orecchio

L'igiene, come per le altre parti del corpo, è fondamentale per l'orecchio. Vediamo insieme queste regole, che dovrai seguire scrupolosamente :

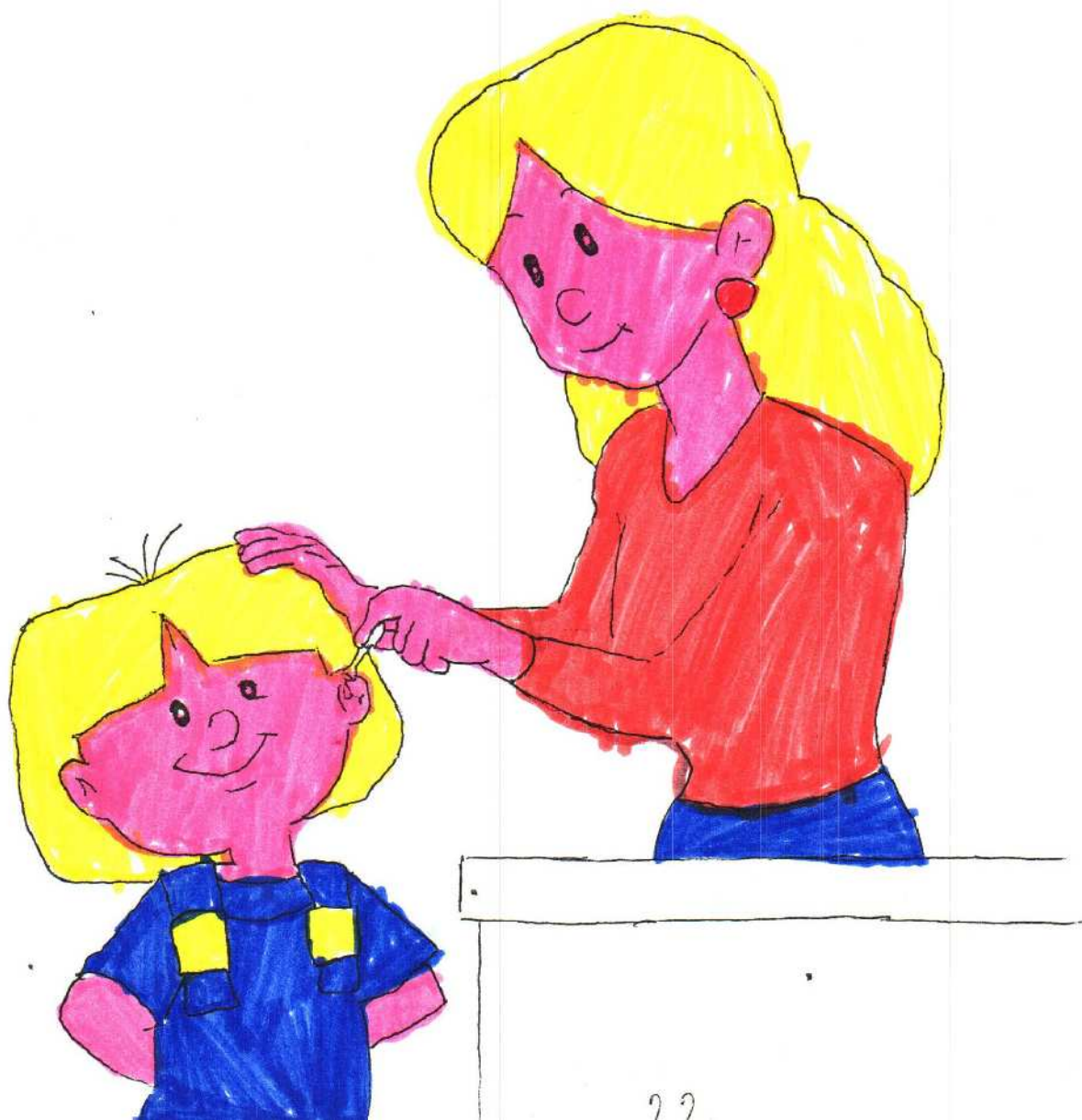
1. Pulisci ogni giorno il padiglione dell'orecchio, facendo attenzione a non lasciare residui di sporcizia tra una piega e l'altra.
2. Il canale uditivo esterno deve essere sempre pulito ; ma non usare mai oggetti appuntiti o bastoncini con cotone, che non fanno altro che spingere il cerume all'interno, con il rischio di formare un tappo.
3. In caso di rumore troppo forte o di esplosione, apri la bocca o proteggi le orecchie, altrimenti il timpano potrebbe rompersi.
4. Se sei raffreddato, non soffiarti il naso troppo forte ; così facendo il muco potrebbe arrivare all'orecchio medio con il suo carico di microbi, e provocare un'infezione.
5. Cerca di evitare che le tue orecchie rimangano troppo esposte all'azione nociva dei rumori cittadini : traffico intenso, impianti industriali, musica a volume altissimo ... potresti ritrovarti con una grave lesione timpano.





# L'OTITE

I piccoli sono soggetti alle otiti, in genere benigne, anche se moleste per il dolore che provocano. Le gocce antinfiammatorie calmano il dolore e contribuiscono a far sparire l'infezione.



# CURE E MALATTIE DELL'ORECCHIO.

L'igiene, come per le altre parti del corpo, è fondamentale per l'orecchio. Vediamo insieme queste regole, che dovrai seguire scrupolosamente:

Pulisci ogni giorno il padiglione dell'orecchio, facendo attenzione a non lasciare residui di sporizia tra una piega e l'altra.

- Il canale uditivo esterno deve essere sempre pulito; ma non usare mai oggetti appuntiti e bastonarsi con cotone, che non fanno altro che spingere il cerume all'interno, con il rischio di formare un tappo.

- In caso di rumore troppo forte o di esplosione, copri la bocca e proteggi le orecchie, altrimenti il timpano potrebbe rompersi.

- Se sei raffreddato, non soffiarti il naso troppo forte; così facendo il muco potrebbe arrivare all'orecchio medio con il suo carico di micrabi, e provocare un'infezione.

- Cerca di evitare che le tue orecchie rimangano troppo esposte all'azione nociva dei rumori cittadini: traffico intenso, impianti industriali, musica a volume altissimo... potresti ritrovarti con una grave lesione al timpano.



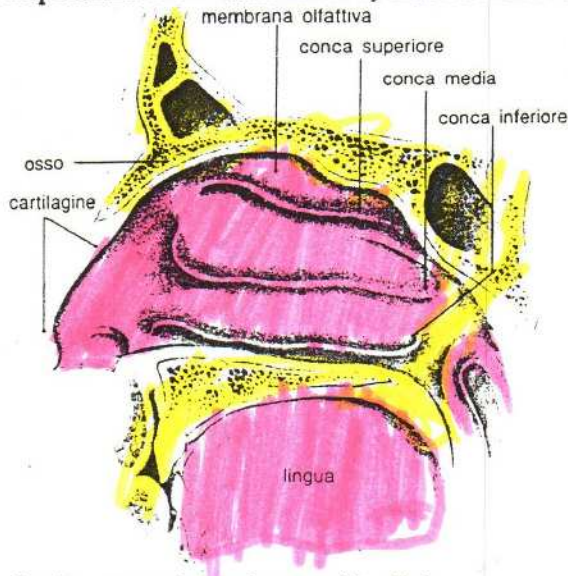


# IL RUMORE, NEMICO DEL MANTRO DRESS-UP



# IL NASO

Il naso fa parte del sistema respiratorio . Una mucosa calda e umida fa da filtro per la polvere o altro che puo' entrare nel naso . Quando ci si soffia il naso , bisogna fare attenzione a non farlo troppo violentemente . Questo perche' e' collegato con la parte posteriore della bocca e indirettamente alle orecchie , e una eventuale infezione potrebbe essere diffusa attraverso questi passaggi con una soffiata troppo violenta . Inoltre , la tosse , il raffreddore altre infezioni della mucosa possono essere trasmesse da altre persone starnutando o con un uso scorretto dei fazzoletti . E necessario tenere presente l'importanza della ventilazione a, casa a scuola e in fabbrica .



E' necessario rispettare alcune buone abitudini :

- Riparate il naso e la bocca quando starnutite .
- Portate sempre con voi un fazzoletto o dei fazzoletti di carta .
- Gettate via i fazzoletti di carta usati in posti opportuni e non appena e' possibile .
- Soffiate delicatamente il naso per evitare di farvi male al naso e alle orecchie .
- Non infilate oggetti estranei dentro al naso .
- Per arrestare il sangue dal naso stringete le ali del naso e piegate il capo in avanti oppure mettere sulla fronte un panno freddo o una borsa di ghiaccio .

## Locuzioni

**Arricciare , torcere il naso :** assumere un' espressione di repulsione , disgusto , contrarieta' .

**Mettere qualcosa sotto il naso a qualcuno :** presentargliela , proprio davanti al suo sguardo .

**Cantare , parlare col , nel naso :** con voce nasale .

**Dar di naso in , incontrare , imbattersi improvvisamente .**

**Dare nel naso a uno :** essergli molesto .

**Ficcare il naso :** occuparsi indiscretamente .

**Prendere , menare per il naso :** prendere in giro ; dare a intendere cose false .

**Restare con un palmo di naso , con tanto di naso :** restare deluso o stupefatto .

**Non ricordarsi del naso alla bocca :** essere smemorato , dimenticato presto .

**Non vedere a un palmo di naso :** vedere pochissimo , essere di vista corta .

**Affilare il naso :** dimagrire molto .

**A naso , a lume di naso :** a caso , all' ingrosso , a tentoni .

**Battere il naso a qualche cosa :** cadere in un pasticcio , in un guaio .

**Montar la mosca al naso al qualcuno :** perdere la pazienza , venirgli la stizza .

**Sentire a naso una cosa :** capirla al fiuto , accorgersene subito .

**Avere sangue dal naso :** avere un' emorragia nasale .



## LA BOCCA

### Che cosa è la bocca ?

La bocca è formata dalla mandibola e dalla mascella che si adattano in modo da consentirci di masticare con efficienza. I denti sono saldamente fissati all'osso circondati da gengive e ricoperti da labbra.

### Che cosa può fare la bocca ?

Ecco un elenco delle cose che si possono fare con la bocca :  
mangiare, gridare, fumare, russare, recitare, sputare, parlare, masticare, baciare, leccare, soffiare, morsicare, domandare, sgridare, ripetere, raccontare.

### Locuzioni diverse

**Bocca inutile** : persona che deve essere sfamata, ma che non è di aiuto.

**Bocca da fuoco** : arma da fuoco.

**Bocca dello stomaco** : la parte superiore dello stomaco.

**A bocca aperta** : stupefatto, colpito, senza parola.

**A bocca asciutta** : senza aver mangiato , senza alcun risultato, a mani vuote.

**A bocca chiusa** : in silenzio.

**Tenere la bocca chiusa** : non voler parlare.

**A bocca dolce** : pieno di speranza.

**A bocca piena** : con la bocca piena di cibo.

**Col cuore in bocca** : con verità, sinceramente, con affanno.

**Con la bocca e non col cuore** : senza sincerità, dicendo una cosa e facendone un'altra.

**La bocca della verità** : persona che dice sempre la verità.

**Essere sulla bocca di tutti** : essere in bocca a tutti, in bocca alla gente, essere notissimo, essere soggetto di chiacchiere o pettegolezzi.

**Di bocca in bocca** : di persona in persona, di popolo in popolo, di generazione in generazione, oralmente.

**Per bocca** : per via orale.

**Acqua in bocca !** : per pregare di non parlare, di non riferire determinate cose.

**Aprir bocca** : cominciare a parlare.

**Non aprir bocca** : tacere, non voler parlare.

**Aver in bocca qualcuno o qualcosa** : parlare continuamente.

**Aver la bocca amara** : avvertire un gusto amaro, essere amareggiato.

**Aver la bocca cucita** : non voler parlare, saper conservare un segreto.

**Aver il latte in bocca, la bocca piena di latte** : esser ancora troppo giovane, inesperto.

**Cader in bocca al lupo** : nel trabocchetto, nel pericolo che si parava davanti.

**In bocca al lupo !** : augurio, per contrasto, che si rivolge a chi sta per sottoporsi ad una prova difficile.

**Cavare a qualcuno le parole di bocca** : persuadere o costringere qualcuno a parlare.

**Far chiudere la bocca** : costringere qualcuno a tacere.

**Tappare la bocca a qualcuno** : imporgli di stare zitto.

**Essere di bocca buona** : essere di facile accontentatura, di poche pretese.

**Far la bocca a qualcosa** : abituarsi, assuefarvisi.

**Lasciar la bocca buona o cattiva** : detto di cibi che lasciano in bocca un gusto, un sapore buono o cattivo.

**Lasciarsi uscire di bocca qualcosa** : fare alcune rivelazioni senza volere, lasciar trapelare qualche segreto senza accorgersene.

**Levare le parole di bocca** : interrompere.

**Levare il pane di bocca** : privare dei mezzi per vivere, privare del lavoro.

**Levarsi il pane di bocca** : fare sacrifici per aiutare qualcuno.

**Metter bocca in qualcosa** : intervenire senza motivo o in cose che non ci riguardano.  
**Mettere in bocca a qualcuno** : attribuire a qualcuno un detto, una sentenza.  
**Pendere dalla bocca di qualcuno** : ascoltare con attenzione.  
**Rifarsi la bocca** : togliersi dalla bocca un cattivo sapore, prendersi una rivincita, cercare un'affermazione che faccia dimenticare un precedente scacco.  
**Bocca d'inferno** : sacrilega, maldicente, sparlare, bestemmiare.  
**Bocca d'oro** : bocca santa, persona che dice cose sagge, che dà ottimi consigli.  
**Far la bocca fino agli orecchi** : ridere sgangheratamente.  
**Storcere, torcere la bocca** : per il disgusto.  
**Bocca unta non disse mai male** : chi ha mangiato a spese dell'altro, non ne dice mai male.  
**Bocca d'incendio** : rubinetto adattabile sugli idranti e da usarsi soltanto in caso di incendio.

## LINGUA

### La lingua e la sua funzione.

La lingua è un organo muscolare fissato alla parte posteriore del pavimento della bocca.

La lingua ha certe funzioni specifiche :

- ci aiuta a masticare.
- Spinge il cibo masticato nella faringe

### Locuzioni diverse.

**Avere la lingua lunga** : essere pronto a parlare o a rispondere in modo sgarbato.

**Non avere peli sulla lingua** : parlare con franchezza, senza riguardi per nessuno.

**Con la lingua fuori** : di persona affannata, ansimante.

**Avere la lingua sciolta** : saper parlare con facilità e prontezza.

**Non gli manca la lingua** : detto di chi è pronto e sciolto nel parlare.

**Tenere la lingua a freno o a posto** : sapersi trattenere, dominarsi nel parlare.

**Avere sulla punta della lingua** : essere sul punto di dire qualcosa, che lì per lì non si ricorda.

**Lingua madre** : quella da cui ha origine un'altra lingua o un gruppo di lingue, la lingua che si è appresa per prima in quanto parlata dai propri genitori.

**Lingua di terra** : striscia di terra molto stretta, che si protende nel mare.

**Menar la lingua** : far maldicenza.

**Una lingua sacrilega** : un maldicente.

**Aver il cuore sulla lingua** : esser sincero.

**Aver, non aver la lingua** : saper o non saper dire le proprie ragioni, le proprie idee.

**Aver una lingua tagliente, velenosa** : mordere, esser maligno, aspro nelle risposte, facile all'offesa.

**Metter lingua o la lingua in un discorso** : in una questione, interloquire.

**Parlare solo perché uno ha la lingua** : dir cose inutili o spropositate.

**Perdere la lingua** : tacere ostinatamente, non dare risposta.

**Sciogliere la lingua** : oltre che nel proprio significato di tagliare lo scilinguagnolo anche il figurato di cominciare a parlare.

**Strappare, tagliare a uno la lingua** : per farlo tacere.

**Seccare la lingua a uno** : in frase rivolta a persone che, parlando, hanno recato danno ed offesa.

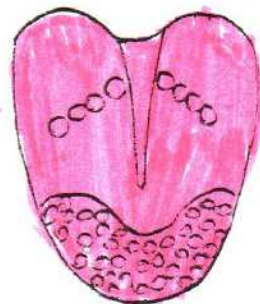


## La lingua, sede del gusto

All'interno della bocca troviamo la lingua. Di solito ha un colorito roseo ed è molto mobile, grazie ai molti muscoli di cui è formata. Alla lingua spettano numerosi compiti importanti : muovere il cibo in tutte le direzioni, modulazione delle parole e, soprattutto, ospitare gli organi del gusto, il senso che ci permette di distinguere il sapore delle sostanze liquide e solide che introduciamo in bocca.

### Come si assapora il cibo ?

Sulla lingua si trovano circa 3000 papille gustative formate da cellule specializzate nel percepire uno di questi 4 sapori fondamentali : salato, dolce, amaro e acido ( o acre ). Le papille gustative della punta della lingua sono sensibili ai cibi dolci



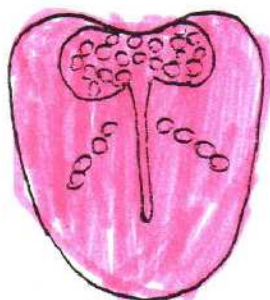
Un pò più indietro e ai lati troviamo le papille sensibili alle cose salate



Nella zona periferica del corpo linguale si avvertono i gusti acidi



ed infine sulla parte posteriore della lingua, come pure sul velo palatino ai lati della gola, vengono captate le sensazioni amare, che sono le più intense.

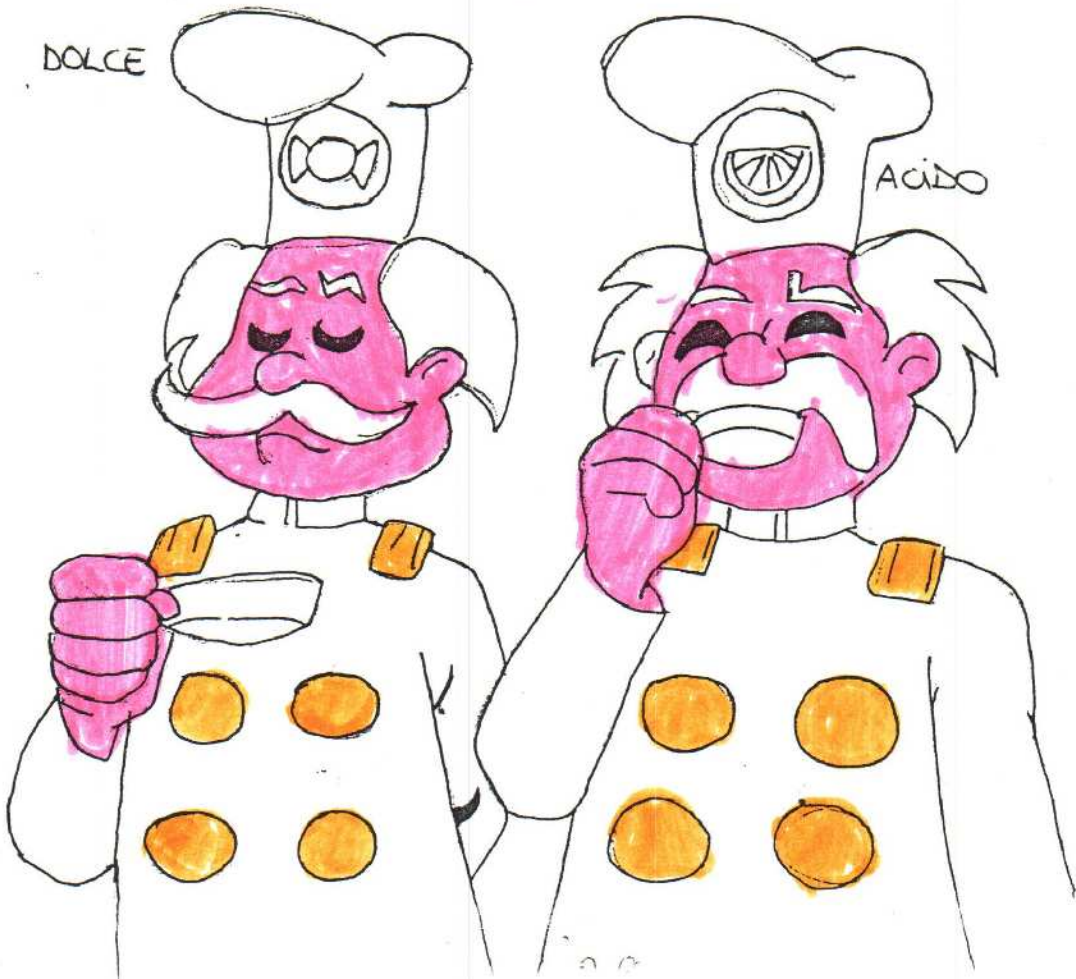


# COME FUNZIONA IL GUSTO.

SALATO



DOLCE



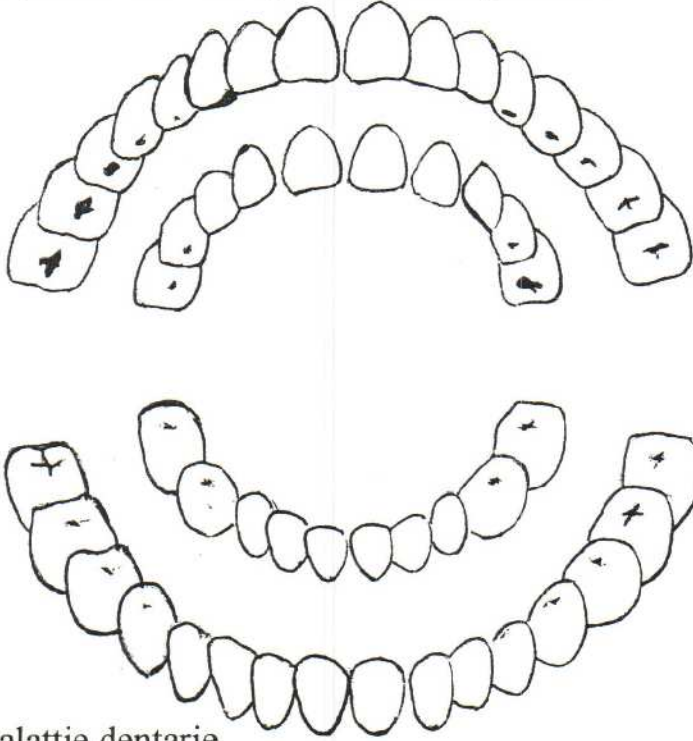


## I DENTI

### Quanti denti abbiamo ?

Questo dipende dall'età. Un neonato non ha denti, ma un adulto ne ha 32. Prima che crescano i denti definitivi crescono 20 denti da latte. I denti da latte cadono uno alla volta, man mano che crescono i denti definitivi. La dentatura deve essere completa intorno ai 25 anni.

L'ultimo alveolo dentale è occupato da un dente pigro e capriccioso soprannominato "dente del giudizio" perché quando si decide a spuntare l'individuo è già in età adulta e giudiziosa.



### Prevenzione delle malattie dentarie

le malattie dentarie sono così frequenti nella nostra società che molte persone le considerano inevitabili. Ma non è vero. Sono prevenibili, se prendiamo opportune precauzioni.

E' importante fare una chiara distinzione tra due tipi di malattia dentaria, l'infiammazione alle gengive e la carie dentaria. L'infiammazione delle gengive si ha quando il tessuto che circonda il dente e lo tiene fisso al suo posto si infiamma e sanguina facilmente. La carie dentaria si ha quando il dente stesso si decalcifica e presenta una cavità.

I fattori coinvolti nelle due malattie sono molto diversi, ma hanno una comune causa batterica.

### Cause della infiammazione delle gengive

I batteri in bocca si raccolgono sulle superfici dei denti e formano la placca dentaria. La placca dentaria appena formata è difficilmente visibile, ma se i denti non vengono puliti per un po' di giorni la si può vedere come uno strato biancastro. La placca continua a formarsi sui denti e deve venire accuratamente rimossa tutti i giorni ; in caso contrario le gengive si infiammano e possono sanguinare facilmente mentre si spazzolano i denti. Questa infiammazione regredisce completamente se la placca viene rimossa sufficientemente presto.

**La infiammazione delle gengive può quindi essere prevenuta da un'accurata pulizia giornaliera dei denti che tolga la placca.**

## I denti crescono ?

I conigli, infaticabili divoratori di verdura, rosicchiano tutto il tempo. I loro denti hanno speciali caratteristiche. I denti superiori benché sfreghino continuamente gli inferiori, non diminuiscono mai di grandezza, per cui si è giunti alla conclusione che crescono di continuo.

## Mostrate i denti !

Quasi tutti i vertebrati hanno denti ma i tipi di dentizione sono diversi sono diversi a seconda dell'animale, gli erbivori ( per esempio i cavalli ) hanno tre paia di incisivi taglienti e sei paia di molari con affilate creste di smalto per tritare finemente l'erba.

In altri vertebrati ( come gli elefanti ) notiamo uno straordinario sviluppo degli incisivi superiori : le famose zanne. Da questo si ricava l'avorio, materiale molto apprezzato dagli uomini che con la caccia mettono a repentaglio la sopravvivenza degli animali.

Le balene mancano di dentatura. Nelle loro immense bocche al posto dei denti hanno lunghissimi felloni, che imprigionano pesci e crostacei come una palizzata.

## Locuzioni diverse

**Battere i denti** : per freddo, paura, febbre.

**Digrignare i denti** : per l'ira, per il dispetto.

**Al dente** : non eccessivamente cotto.

**Avere il dente avvelenato** : essere pieno di rancore.

**Regger l'anima con i denti** : essere malridotto.

**Tirare coi denti** : sforzato.

**Armato sino ai denti** : di tutto punto.

**Fra i denti** : di parole, dette in modo indistinto.

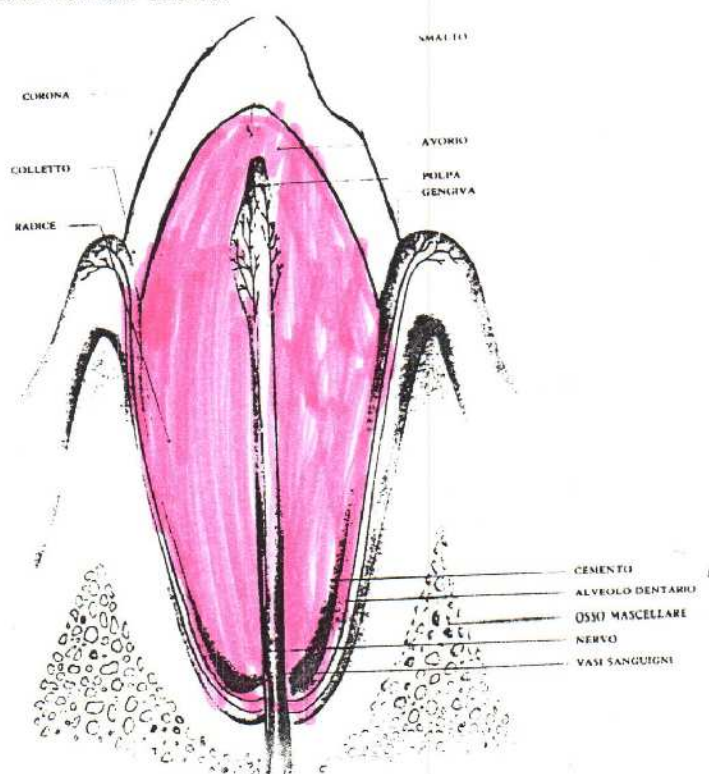
**Mettere sotto i denti** : mangiare.

**Perdere i denti** : cavare, estrarre.

**Mostrare i denti** : minacciare.

**Non è pane per i suoi denti** : è cosa superiore alle sue possibilità.

**Via il dente** : via il dolore di situazioni moleste che è meglio affrontare subito.





## Causa della carie dentaria

I due principali fattori che provocano la carie dentaria sono : i batteri della placca e lo zucchero nella dieta . Solo un bambino su 14 non ha la carie all'età di 9 anni e solo 1 su 30 all'età di 15 anni.

Il provvedimento più importante per prevenire la carie consiste nel limitare la frequente assunzione di cibi, bevande e merende contenenti zuccheri specialmente da un pasto e l'altro. Un altro provvedimento nell'irrobustire i denti usando fluoro in forma adatta.

Lo spazzolarsi i denti è importante nel prevenire l'infiammazione gengivale ed è un modo efficace di applicare fluoro ai denti col dentifricio. Molto importante è anche un regolare esame dal dentista che consenta di eseguire otturazioni in carie iniziali prima che intervengano grossi danni.

Nella salute dei nostri denti un ruolo importante è giocato indubbiamente dall'ereditarietà. Ciò nonostante, può essere essenziale osservare certe semplici regole. Innanzitutto bisogna guardarsi dagli alimenti troppo zuccherati. Pensa che i tagliatori di canna da zucchero dell'America Centrale, che amano bere il dolcissimo succo estratto da questi vegetali rimangono senza eccezione precocemente sdentati.

## Consigli pratici

- Prendere calmanti alla rinfusa è un'imprudenza che dobbiamo evitare. Solo un medico può di norma, prescriverci un calmante e, anzi, senza il suo consenso dobbiamo guardarci dall'ingerire analgesici, cioè i prodotti che alleviano il dolore. Un analgesico di uso "topico" di origine popolare è l'olio di chiodi di garofano.

Anche una borsa di ghiaccio può servire ad alleviare il dolore. Il freddo rallenta l'infiammazione ( nel caso ci fosse ) e riduce la sensibilità della zona cui viene applicata.

## Le parti di un dente

I denti sono duri e fuoriescono da speciali buchi scavati nelle ossa della mandibola.

In ciascuno di essi possiamo distinguere tre parti :

**la corona**, cioè la parte che sporge dalle gengive.

**Il colletto**, cioè la zona che collega, all'altezza delle gengive la corona alle radici.

**La radice** cioè la parte che sostiene il dente nell'alveolo.

## Di che cosa sono fatti i denti ?

Se tagliamo a metà un dente nel senso della lunghezza, potremo distinguere 2 strati e una cavità centrale.

### Primo strato

**Lo smalto** ricopre l'avorio delle corone e del colletto del dente. E' di colore biancastro ed è durissimo, visto che è costituito quasi totalmente di sali di calcio.

**Il cemento** ricopre la radice e unisce il dente all'alveolo.

### Secondo strato

**l'avorio o dentina** è una sostanza giallognola che si trova in buona parte del dente.

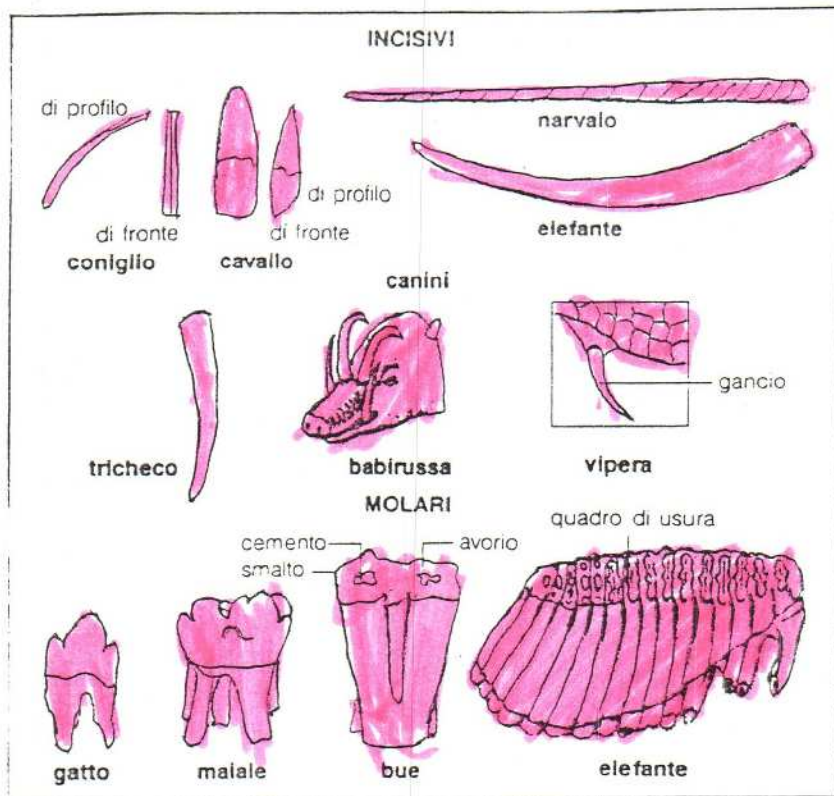
### Cavità centrale

**La camera pulpare** occupa la cavità centrale del dente. Ha un colore rossastro ed è formato da vasi sanguigni da nervi e da tessuti morbidi.

**Le sensazioni dolorose sono sempre campanelli d'allarme.**

**Il mal di denti è un segnale trasmesso dal nervo del dente interessato per avvisarci che quel dente sta per guastarsi.**

# DENTI NELLE VARIE SPECIE DI ANIMALI



I denti veri e propri esistono solo nei coccodrilli e nei mammiferi (a eccezione dei formichieri e delle balene). Nei coccodrilli, i denti sono in numero elevato, variabile da specie a specie, tutti simili; nella maggior parte dei mammiferi, invece, i denti sono in numero ben definito, differenziati tra loro e con periodo di formazione diverso. Il numero di denti e la loro disposizione variano da una specie all'altra: gli incisivi mancano nella maxilla superiore dei ruminanti; i canini assumono grande sviluppo come mezzo di difesa nei canini; la conformazione dei molari varia in rapporto al regime alimentare: compressi e taglianti nei carnivori, provvisti di tubercoli arrotondati negli onnivori (maiale), appiattiti a formare una superficie larga e rugosa negli erbivori (equini e ruminanti).





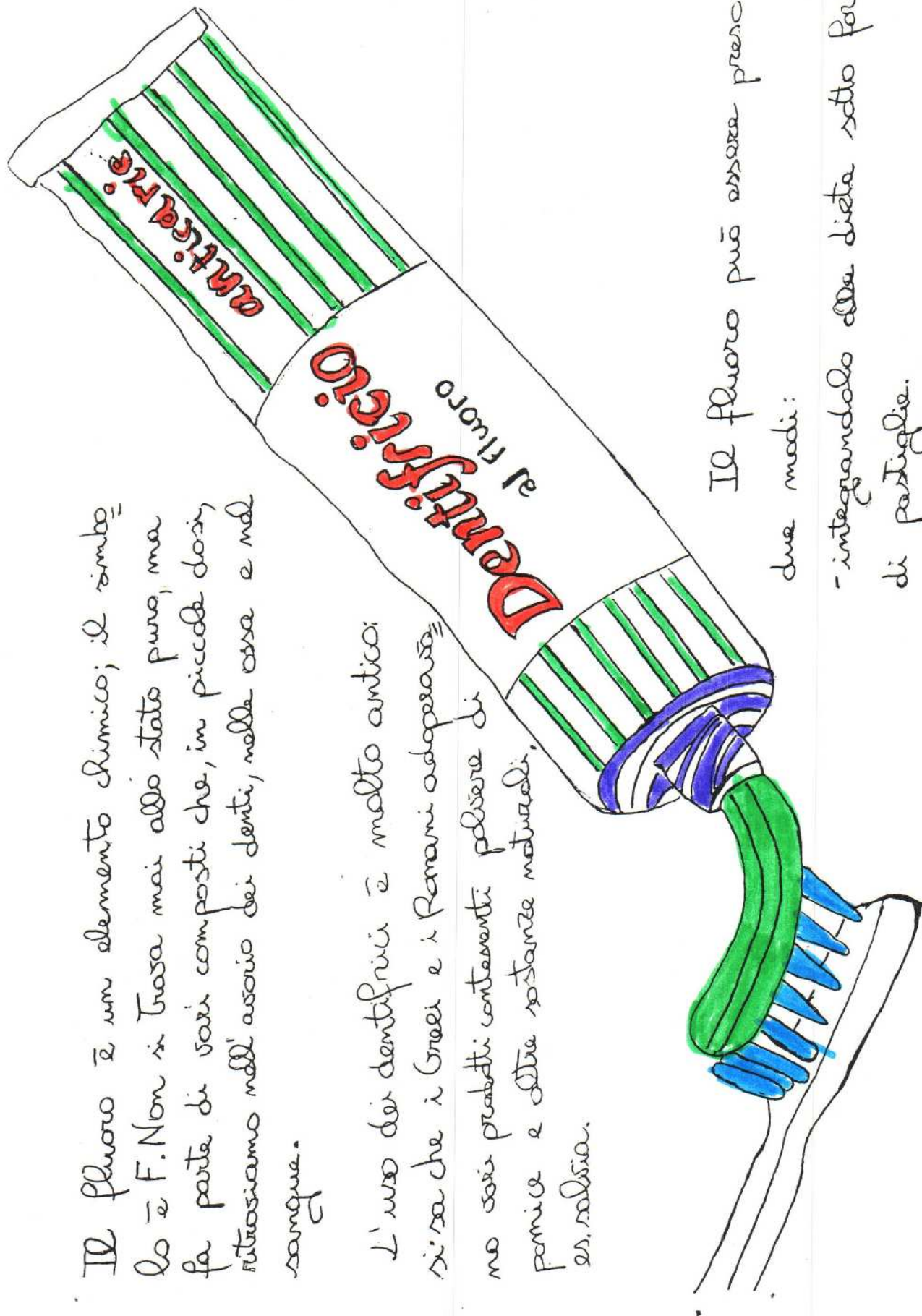
Non mangiare  
dolci o caramelle  
prima di andare  
a letto.

Abituati allo spazzola-  
no e al dentifricio.



Il fluoro è un elemento chimico; il simbolo è F. Non si trova mai allo stato puro, ma fa parte di vari composti che, in piccole dosi, ritroviamo nell'osseo dei denti, nelle ossa e nel sangue.

L'uso dei dentifrici è molto antico: si sa che i Greci e i Romani adoperavano vari prodotti contenenti polvere di perle e altre sostanze naturali, es. sodio.



Il fluoro può essere preso in due modi:

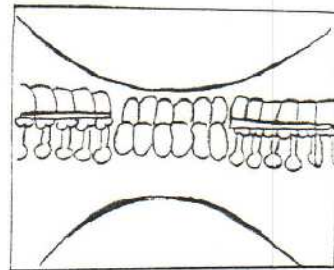
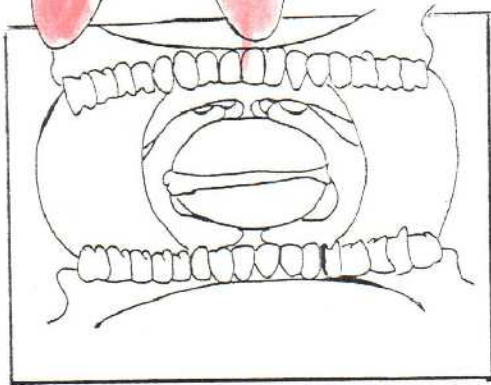
- integrandolo alla dieta sotto forma di pastiglia.
- Applicandolo direttamente sui denti con un dentifricio al fluoro.



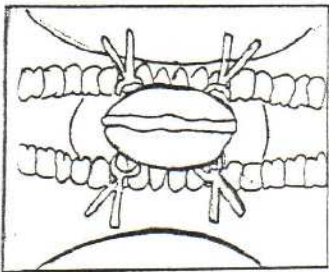
# DENTI



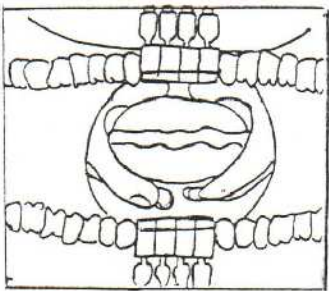
Il (panino) si sta avvicinando alla bocca che hai già spalancato per addentarlo.



Gli incisivi stanno per chiudersi a mo' di cesoie, per staccare un buon morso.



Gli appuntiti canini si conficcano nel pane, per staccare il pezzo che ti rimarrà in bocca, quando con le mani allontanerai il panino.

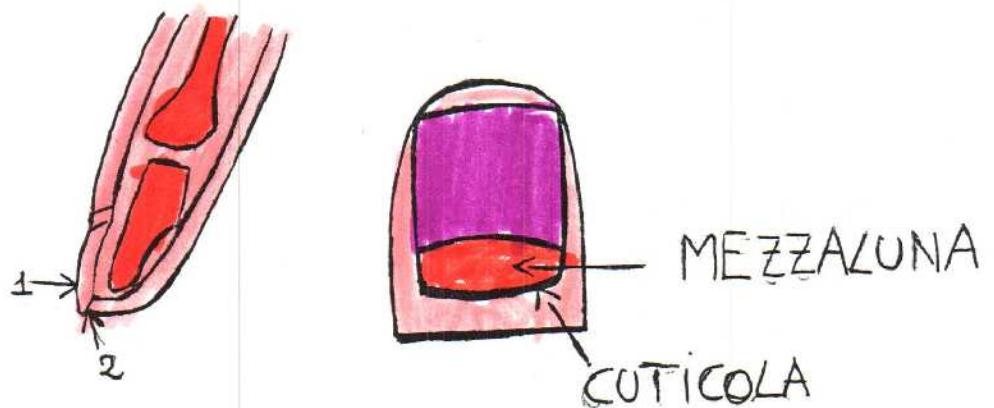


Ecco entrare in funzione i molari che, con la loro energia triturante, impasteranno con la saliva il pane, pronto a questo punto per essere inghiottito.

## UNGHIE

Le unghie sono appendici dure, costituite da cheratina, una proteina fibrosa cornea prodotta dall'epidermide. Si presentano alle terminazioni delle dita, fanno parte del sistema tegumentario e hanno una funzione protettiva. Le unghie sono incolori e trasparenti ma appaiono di colore rosa a causa della vascolarizzazione che si trova nella pelle. La parte terminale dell'unghia è bianca a causa dell'aria che vi sta sotto perché è meno vascolarizzata del resto dell'unghia. La parte piatta è rettangolare, è costituita da cellule cornee e scorre sopra il letto dell'unghia come se crescesse al di là della parte finale della punta del dito. Il tessuto di supporto dell'unghia può essere suddiviso in quattro parti: la matrice, il letto, l'iponichio e la ripiegatura prossimale. Le cellule del letto non si muovono; quelle morte vengono spinte verso le punte ed eliminate dalla base. Le unghie della mano crescono più velocemente di quelle del piede. Le unghie delle diverse dita della stessa mano crescono anch'esse con velocità diversa.

### DITO UMANO



1 UN MANTELLO DURO CRESCE SUL DITO ANTERIORE  
2 VESTIGIALE

### Locuzioni diverse

**Farsi le unghie** : tagliarle, pulirle, anche dipingerle con smalto.

**Unghie listate a lutto** : unghie sporche con un bordo nero all'esterno.

**Mangiarsi le unghie** : provare rabbia, sentirsi in stato d'impotenza.

**Con le unghie e con i denti** : accanitamente, con tutte le proprie risorse.

**Aver le unghie lunghe** : essere un ladro; avere la tendenza ad appropriarsi delle cose altrui.

**Mettere, tirar fuori le unghie** : mostrare all'improvviso un atteggiamento aggressivo.

**Cader sotto, tra le unghie di qualcuno** : cadere in potere di qualcuno che ci è nemico.

**Sull'unghia** : detto di danari pagati immediatamente in contanti.



## Medicina ieri e oggi

### Ferite :

Muffe , ragnatele e pozioni.

Le ferite più o meno gravi erano frequenti nei tempi andanti ancora più di quanto lo sono dei giorni nostri. Ma come si affrontavano senza gli strumenti della chirurgia odierna senza antibiotici senza antidolorifici ? Spesso con rimedi che oggi ci appaiono assurdi e non c'è da stupirsi che a volte i feriti soccombessero proprio alle cure. Accanto ai rimedi stregoneschi, però, c'erano sostanze che si sono rivelate giuste intuizioni.

**Si pensi che nella Bibbia c'è l'antenato della penicillina.**

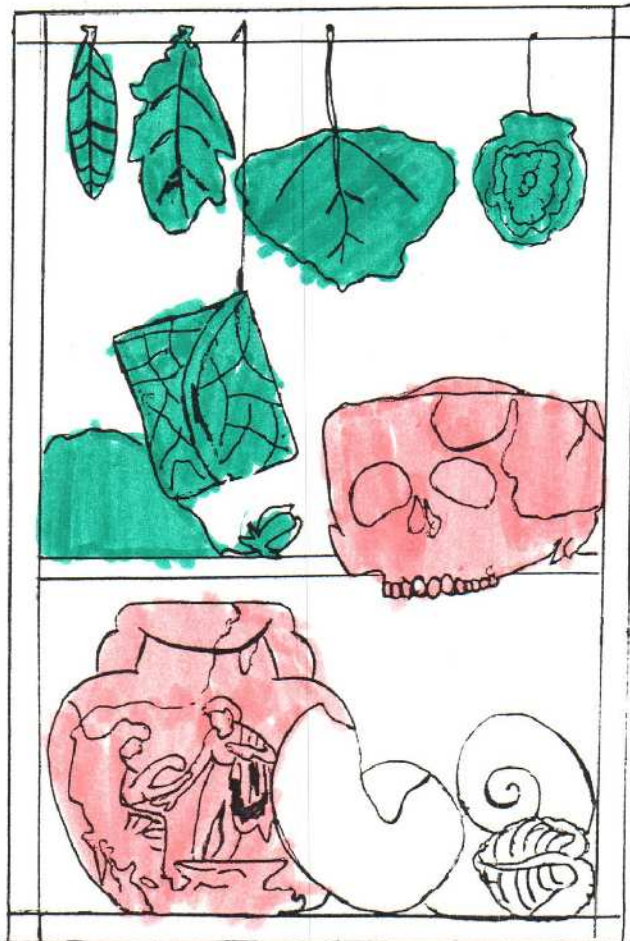
Succhi vegetali, foglie e altre parti di piante, erbe medicinali, polveri magiche ma anche ragnatele e muffe : tutto questo, e altro, in passato i nostri progenitori applicavano sulle ferite piccole o grandi che fossero, per farle guarire per arrestare l'emorragia . Un'usanza diffusa era anche quella di trattare le ferite con pane ammuffito : l'esperienza aveva dimostrato che così s'infettavano e guarivano meglio .

Molte delle piante usate allora contenevano effettivamente sostanze disinfettanti o astringenti, e nelle muffe erano presenti proprio quegli antibiotici che soltanto molti secoli dopo sarebbero stati isolati. D'altra parte, e solo da una cinquantina di anni che sappiamo curare in modo adeguato le ferite, ed è solo da poco più di un secolo che abbiamo capito la natura delle infezioni .

Nei tempi passati, poiché molte ferite erano accompagnate da emorragie bisognava riuscire a fermarle in qualche modo. Allo scopo, spesso molte popolazioni usavano pietre o conchiglie calde, che venivano applicate direttamente sulla ferita oppure si ricorreva a mezzi complessivi come legature molto strette in corrispondenza della parte. Anche le ragnatele venivano usate per fermare il sangue e in verità anche con ottimi risultati.

In Sud America ed in Africa c'era la stessa usanza di applicare sulla ferita delle grosse formiche, le cui mandibole ne afferravano saldamente i margini chiudendole. Gli sfortunati imenotteri venivano poi impietosamente decapitati per cui le mandibole tutte in fila restavano in loro come tanti punti di sutura. Le " fasciature " venivano poi fatte usando foglie, carne cruda, creta, addirittura escrementi o anche ( presso gli amerindi ) con piume d'aquila o di altri grossi uccelli.

I modi di trattare le ferite variavano, naturalmente, da popolo a popolo e da una zona all'altra, in funzione sia delle conoscenze mediche sia soprattutto delle disponibilità locale o medicamenti.



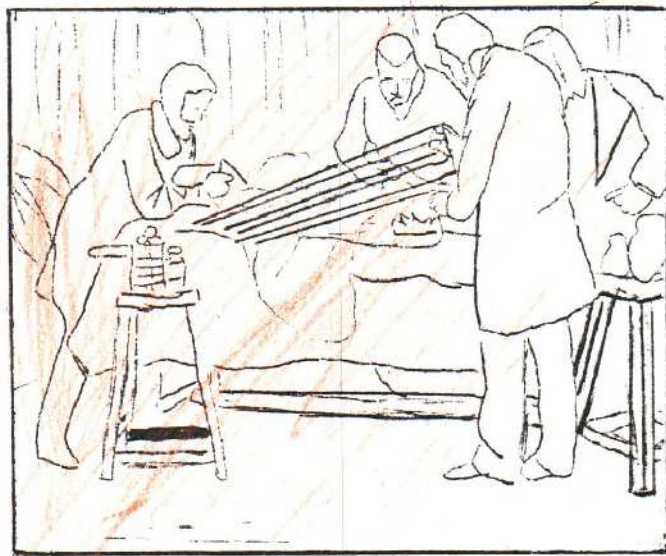


## OLIO BOLLENTE

Gran parte dell'esperienza nella cura delle ferite era stata accumulata in seguito alle guerre tra tribù o tra eserciti : il ridotto numero di combattimenti imponeva di " riciclare " al più presto i feriti meno gravi, per farli tornare nelle mischie. L'esperienza bellica venne trasferita nella vita civile dove la condizione di lavoro, le occupazioni quotidiane, la stessa precarietà delle abitazioni erano all'origine di ferite con molta più frequenza di oggi. Un rimedio diffuso presso molte civiltà era quello di cauterizzare le ferite gravi con torce, legno i ferri roventi pratica questa che raggiunse i massimi livelli nelle medicine arabe.

Altra misura nota sin dall'antichità era quella di versare olio bollente sulla ferita. Ne abbiamo testimonianze nell'apostolo Luca ( che era medico ), che nella parabola del Buon Samaritano riferisce di aver versato " olio e vino sulle ferite " ( il vino, evidentemente per l'azione disinfettante dell'alcool ).

Fu il caso che volle che questa pratica venisse sostituita da un'altra meno straziante per il ferito. Infatti, il più grande chirurgo francese del 500, Ambrois Paré ( un barbiere che, secondo l'uso del tempo, praticava la chirurgia, ma che riuscì a distinguersi sino al punto di essere chiamato in varie corti europee ), durante l'assedio di Avignone era rimasto a corto do olio di sambuco bollente per trattare i soldati feriti preparò allora un miscuglio di albume d'uovo, olio di casa e trementina, e constatò con quel medicamento i feriti non solo soffrivano molto meno, ma le pieghe guarivano molto più rapidamente.



## LA " POLVERE DI SIMPATIA ".

Non meno efficace era considerato il cosiddetto " unguento dell'arma " : muschio cresciuto in un teschio vuoto, con l'aggiunta di grasso e sangue umano, olio di rose e semi di lino e di belarmenico. Il " trattamento " consisteva nell'appoggiare o nell'inserire un pezzetto di legno nella ferita, in modo che si intingesse di sangue, e di immergerlo nell'unguento. Il ferito guariva così, si sosteneva, " a distanza ". Anche la cosiddetta " polvere di simpatia " composta di polvere di ventricolo e acqua, rimase in auge per molto tempo. Essa però non agiva direttamente sulla parte lsa ma, proprio come l'unguento dell'arma, a distanza : bastava immergervi un qualsiasi capo di vestiario sporco di sangue appartenete a un ferito che questi non avrebbe più provato dolore e la ferita si sarebbe presto rimarginata.

Nel Quattrocento i soldati tedeschi riuscivano a curare le ferite con rituali magici, pozioni cicatrizzanti, olio, lana e foglie di cavolo.

Un'usanza che risale alle più antiche civiltà, ma che fu molto di moda nel Medioevo e nel Rinascimento, era quella di infettare la ferita. Proprio così. Si pensa infatti che, per ben guarire, essa dovesse prima produrre del pus ( per tale ragione questo veniva definito " bonum et laudabile ", poiché con il pus sarebbero stati espulsi gli " umori peccanti, concotti e salsugginosi " che impedivano la pronta guarigione.

Soltanto quando si comincia a sospettare seriamente che la mancata guarigione delle ferite è invece causata proprio da quei germi che provocano la reazione purulenta, si cercano le misure più adatte per impedirle ; per esempio mantenendola asciutta a mezzo di polveri per lo più inerti.

I monaci del Tibet versavano direttamente sulla ferita zolfo e salnitro, dando poi fuoco al tutto per essere più sicuri che l'infezione non si sarebbe sviluppata. Con l'avvento della polvere da sparo, si spargeva questa sulle grosse ferite ( o sul moncone d'amputazione ), e le si dava fuoco. Un metodo ancora in auge nel Settecento.

Almeno sino agli inizi del secolo scorso la medicina ufficiale non si discostava molto da quella popolare, sempre così ricca di rimedi. Sia il medico che il profano erano soliti, per esempio, spalmare sulla ferita resine di pino mescolate al miele, oppure oli di varie piante misti a cenere di mela castagna o anche a polvere di tartarughe.



Altra usanza in voga era quella di spalmare sulla ferita olio nel quale erano state stemperate foglie di centaurea comune, o anche un miscuglio fatto con tuorlo d'uovo, olio d'oliva e zolfo.

Ancora nei primi decenni del nostro secolo si consigliava di tritare finemente sulla ferita erba verde millefoglie e di applicarvi foglie fresche di piantaggione.

### ARRIVA L'ACIDO FENICO

A partire dall'Ottocento è stato l'acido fenico a fare la parte del leone come antisettico della medicina ufficiale.

Altri antisettici che hanno tenuto banco (alcuni di essi lo tengono ancora) nel trattamento delle ferite sono: alcool, formaldeide, benzolo, acido benzoico e salicilico.

### I COLORANTI ANTIBATTERICI

Verso la fine degli anni Trenta nel nostro secolo un medico tedesco, G. Domagk, scoprì sperimentando con i coloranti per le stoffe che un derivato contenente zolfo esercitava un'azione antibatterica di gran lunga più efficace e intensa di qualsiasi altro antisettico: per questa scoperta, quella dei sulfamidici, ricevette il premio Nobel 1939 per la medicina. Come antibatterici, i sulfamidici si mostrarono preziosi anche per il trattamento delle ferite.

Poi venne la penicillina: l'anello di giunzione tra antichi e contemporanei. Era scritto nella Bibbia: "Purificati con l'issopo". Nella muffa delle radici di queste piante fu ritrovato **Penicillium notatum** dal quale Fleming isolò la penicillina.

### COME SI MEDICAVANO GLI EGIZI 3400 ANNI FA

Grasso e carne di bue, si che la ferita possa maturare (così da formare il pus).

Se la ferita si chiude rapidamente, trattatela con pane d'orzo ammuffito, si che possa asciugarsi completamente.

Se la ferita si chiude sulle sue secrezioni, applica grasso con piselli tritati.

Dopo che la ferita si è ricoperta fai un unguento per rafforzare i vasi sanguigni: indi bandala sino a che non si è completamente guarita.

Se la ferita è matura, prepara grasso con una pianta non identificata si che la ferita possa aprire uno sbocco per spargere il pus.

### I medici romani.

Nel trattamento delle malattie i medici romani seguono un rituale solito: praticano un salasso, provocano il vomito e prescrivono una dieta ferrea. Le prescrizioni indicano tutti i rimedi estratti dalle erbe. **Il laserpizio** (una pianta ombrellifera) è usato per il mal di cuore e per la tosse, per la malaria e per l'avvelenamento da cicuta; **lo zafferano**, invece, è usato nella cura delle ulcere, negli avvelenamenti, nelle suppurazioni e, talvolta, come afrodisiaco. Tra gli altri estratti vegetali si ricorda il **cumino**, per la cura della rabbia, e la **maggiorana**.

Ma non ci sono solo estratti vegetali! I Romani si lasciano curare con sostanze di origine animale: **il grasso d'oca** è usato nelle infiammazioni dell'utero, **la ragnatela**, è un buon emostatico, **la carne di serpente**, è adoperata nella cura dei linfonodi ingrossati, **il corno di cervo raschiato**, è un analgesico per il mal di denti. Sono presenti anche i farmaci di natura minerale: **l'allume** è usato per arrestare le emorragie, **l'argilla**, combinata con olio ed aceto, per le malattie della pelle, **l'argilla ferrosa**, detta "asterace", per cicatrizzare le ulcere e curare le vertigini.

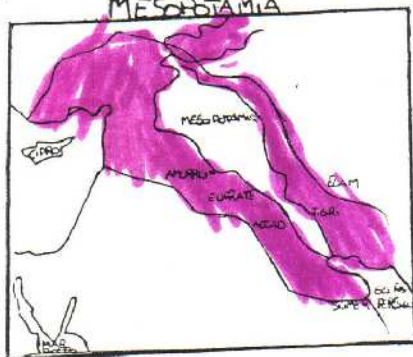
**L'apotheca** è il termine che indica i primi laboratori farmaceutici e le stesse farmacie.





# COSÌ SI CURAVANO LE FERITE NELL' ANTICHITÀ.

MESOPOTAMIA



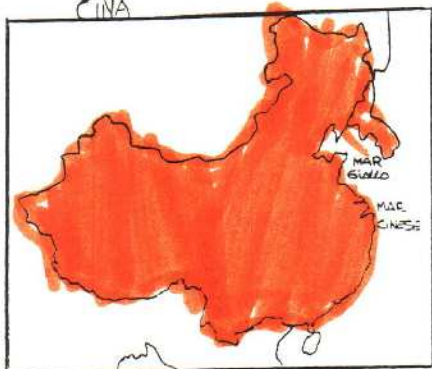
Erbe varie, fango, escrementi di animali, olio.

EGITTO



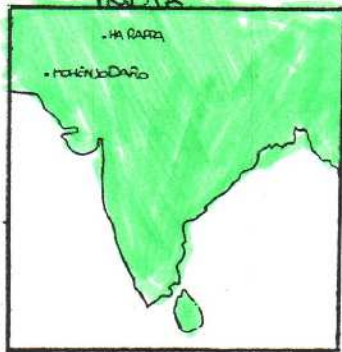
Carne fresca, erbe varie, miele, oppio, pomate grasso, mirra, sale, sali di rame.

CINA



Balsami e resine vari a base di incenso, storace, mercurio, piombo, aceto.

INDIA



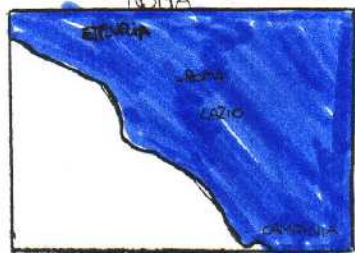
Burro fuso, miele, sesamo, lino, foglie ed erbe varie, crema di cardi, urina di mucca.

GRECIA



Radici amare, vino, linfa di albero del fico, spugna, lana grassa, semi di lino, selenio, pomate allo zinco.

ROMA



Carne fresca, succo di odore, miele e lino, farina, olio, inchiostro, sale di rame e di piombo, escrementi di tettore.



# HANNO PARTECIPATO

## ALUNNI

Balestra	Angelo
Borbieri	Rosdomenica
Celli	Lucrezia
D'Amato	Angelo
D'Amato	Antonio
D'Amato	Daniela
D'Amato	Michela
Garofano	Antonio
Grosso	Antonio
Lombardi	Marco
Magro	Nadia
Meridoro	Luigi
<del>Pescatore</del>	<del>Angelo</del>
Raschiato	Rosdomenica
Rizzuto	Carmine
Salerno	Caterina
Spagnuolo	Giovanni
Taurasi	Antonio

## INSEGNANTI

Elena D'Amato

Felice Losco