

Dott. Angelo Bernardis

Medico Chirurgo
Specialista in Biologia Clinica
Specialista in Odontostomatologia
Tel. 0773,694986 – 329,1099740

Roma: Via Cerveteri, 48 int.3 1° piano

Milano: Via Vitruvio, 43 (c/o Stazione Centrale)

Firenze: Via di Varlungo 26b (trav. Via Aretina)

Latina: Via Monte Santo, 20

Domande più frequenti rivolte al Dott. Bernardis

1-Perché digrignamo i denti?

Tutti siamo d'accordo, in ambito odontoiatrico, a considerare il Bruxismo, ossia il digrignamento dentale, una parafunzione, quindi, non un segnale di malattia. Per ciò, viene trattato semplicemente con un dispositivo protettivo medico: il **"bite"**. In realtà, il bruxismo, in ambito psicologico e soprattutto dall'AIMS, che si occupa di malattie del sonno, è un grave disturbo. Esso è considerato una parainsonnia alla stregua del sonnambulismo e delle OSAS (apnee notturne). Per noi, il bruxismo è molto di più! Esso è un "sintomo patognomonico" di una problematica "energetica" del nostro organismo. Siamo sotto "stress", ossia stiamo attivando il sistema "ausiliario" per produrre l'energia necessaria al nostro corpo. Un proverbio afferma: *"stringi i denti e tira avanti"*. Questo esprime tutta la difficoltà in cui ci troviamo in quel momento e, soprattutto, se al bruxismo si associa anche la roncopia con OSAS ed il respiro superficiale, non diaframmatico, ed altri sintomi ancora. Insomma, tutto ciò per dire che di fronte ad un paziente bruxista, noi medici non possiamo congedarlo con la consegna di un semplice bite morbido, e dire che non si deve preoccupare più di nulla, al massimo, di sostituirlo con regolarità. Operando così, gli avremo solo fornito un dispositivo su cui scaricare tutta la sua tensione, ma non avremo assolutamente risolto la problematica di base: la **manca di energia**, ed il blocco degli organi ad esso deputati. Ora, è necessario spiegare che nel nostro organismo vi sono organi produttori (generatori) ed organi consumatori (utilizzatori). Tra i consumatori "diretti" che non hanno bisogno dell'insulina per "alimentarsi" vi sono: i *globuli rossi, il cristallino, il surrene, il cervello, ecc.* Per mantenerli efficienti data la loro importanza vitale, il nostro organismo ha due sistemi "energetici generatori". Il primo sistema è simile ad un'autoclave in cui l'autoclave è il fegato, il "polmone" la milza, e la pompa idraulica il cuore. In sintesi, l'acqua arriva a pressione (energia) nei nostri utilizzatori (rubinetti), grazie all'autoclave che fornisce acqua all'impianto ed al polmone che subito ripristina la pressione, ovviamente, con pompa idraulica a regime normale. Il nostro sistema energetico funziona perfettamente, siamo rilassati, abbiamo una tranquilla respirazione diaframmatica, insomma, il sistema energetico primario è efficiente, siamo forti, vigili, non abbiamo fame, non cerchiamo energia dall'esterno e soprattutto non cerchiamo cibi altamente energetici dolci, pasta, pane pizza, ecc. Il fegato è il nostro "boiler" energetico che rifornisce il grande circolo di energia (calore) sangue ricco di sostanze nutritive che gli arrivano con le vene mesenteriche, che confluiscono nella vena porta, raccogliendo sangue da tutti gli organi peritoneali, ecc. Il fegato "detossifica" questo sangue da tutte le "scorie" presenti e lo immette in circolo per fornire energia costante, senza "fatica", né affanno. Se però aumentano le richieste energetiche o peggio si blocca il sistema energetico "primario", ecco allora entrare in funzione il "sistema ausiliario": rene-surrene che attiva quel mirabile e ben conosciuto Sistema Renina-Angiotensina-Aldosterone (SRAA) che disattiva il "controllo" del cuore sul circolo sanguigno, ed aumenta la ritenzione di acqua e sodio, aumentando il peso corporeo ed il gonfiore, ed il peso, tutto per aumentare e soddisfare la richiesta energetica. Ora l'SRAA attiva anche il respiro superficiale attivando i muscoli inspiratori accessori, per cui essendo la mandibola coinvolta nel funzionamento di questi verrà attivata. Non solo la

mandibola fa parte della bocca, che sappiamo essere nel suo insieme la “porta d’entrata” dell’elemento milza-pancreas ossia, la mandibola, il masticare la gomma, il digrignare sono un modo parafunzionale per attivare, o meglio far entrare, “energia”, nel sistema milza-pancreas, che è momentaneamente “bloccato”. Tutto questo, per continuare a produrre energia, e portare acqua nell’autoclave (fegato). La funzione milza così verrà vicariata dai reni che alimenteranno al posto della milza l’“autoclave”: fegato. Insomma, quando si ferma la milza che da piccoli ci sosteneva in ogni sforzo fisico intenso, e quotidianamente ci manteneva, in perfetta forma fisica. Da adulti, purtroppo, per mantenerla attiva, molti “inconsapevolmente” svolgono, quotidianamente, regolare attività fisica.

Ricapitolando, quando il sistema milza si ferma i reni entrano in funzione innescando tutta una serie di compensi che portano all’aumento dei liquidi corporei, del loro scheletro osmolare (sodio) e aumento delle resistenze vascolari periferiche, ed aumentato lavoro cardiaco, o meglio cardio-polmonare, in quanto oltre alla pressione ed alla frequenza cardiaca, aumenta anche la frequenza respiratoria ed il coinvolgimento dei muscoli inspiratori accessori, nonché un aumento dell’assunzione di cibo, e/o di sigarette o/e di alcolici, tutti stimolanti la funzione milza. *E sì anche il fumo favorisce la funzione milza che non solo si attiva con lo sforzo fisico intenso, ma anche con l’asfissia, non a caso giocatori “forti” come GIGI RIVA erano dei fumatori e dei digrignatori (nel tempo hanno perso tutti gli elementi dentali).*

Quindi, quando il sistema energetico primario si “blocca”, per noi entrano in funzione i reni per garantire un minimo di efficienza epatica, fino ad aumentare le resistenze vascolari periferiche con comparsa talvolta di un aumento della pressione minima.

Cosa fare, allora??

Prima che si arrivi a ciò, è sufficiente un semplice **test kinesiologico** (muscolare) per evidenziare il problema, oppure valutare il grado di usura dentale, o l’eventuale respiro superficiale, altro ancora. Purtroppo, si attende altro, prima di intervenire: un *sintomo significativo*, come l’aumento della pressione arteriosa o del colesterolo, oppure l’ipotiroidismo, o il semplice aumento dell’adiposità viscerale (obesità addominale), ecc.

Mantenere efficiente il nostro apparato gastrointestinale deve, quindi, essere il primo passo per una terapia mirata al riequilibrio generale dell’organismo, e non solo al controllo del peso o della pressione arteriosa o della dislipidemia (*colesterolo, trigliceridi*) o della glicemia.

Mantenere efficiente la macchina energetica deve essere la base di ogni terapia medica.

Pensate solo per un attimo di avere di fronte una persona che ha appena avuto un arresto cardiaco o sia in fibrillazione ventricolare cosa fareste? Non perdeste certo tempo e gli fareste una cardioversione, ossia gli fornite una scarica elettrica che qualcuno anche stupidamente, definirebbe :”Sto scossa, farebbe resuscitare anche un morto!”. Insomma, in ambito medico, si parla poco di energia e poi di fronte all’evento più grave “ricorriamo all’energia”.

Il problema è capire, per curare !!!