

Focus

IL CORPO UMANO



NEI

SALIVA

**EFFETTI
DEL SOLE**

ILLOTTO LEONARDO | THOMAS NICOLINI | ALESSIO PONTARA

3

COSE DA SAPERE SUL SOLE

Appena cinque scottature nei primi venti anni di vita possono aumentare il rischio di sviluppare tumore della pelle in età adulta.

LA MANCANZA DI LUCE PUÒ FAR DEPRIMENRE

Colpisce principalmente i giovani, le due principali cause sono:

1. Il buio rallenta l'orologio biologico che regola gli ormoni, il sonno e il tono dell'umore
2. Che la luce influenzi la produzione di serotonina, sostanza implicata nella regolazione del tono dell'umore.

LA PROTEZIONE DEL SOLE

Come ci possiamo proteggerci dal sole se hai la pelle chiara per evitare scottature, eritemi o intolleranze solari. Idem se hai la pelle scura e non ti scotti! Devi preparare la tua pelle al sole per evitare danni da fotoaging, ovvero invecchiamento cutaneo foto-indotto.

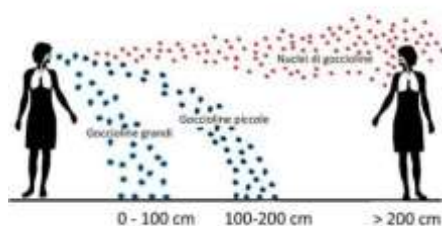
Focus: domanda e risposta

LA PROPAGAZIONE DELLE GOCCE DI SALIVA EMESSE DURANTE UNA CONVERSAZIONE

Comprendere con chiarezza quale siano le modalità di movimento e di propagazione di queste goccioline equivale a capire meglio il rischio di contagio interpersonale da coronavirus e le conseguenziali misure di distanziamento sociale.

Ogni qualvolta pronunciamo una parola, emettiamo un invisibile micro spray di particelle dalle dimensioni variabili. Mentre le goccioline di

dimensioni più grandi cadono a terra dopo aver percorso una breve distanza per effetto della gravità, quelle più piccole tendono a disidratarsi e perdere volume assumendo le peculiarità di un fine aerosol e rimanendo quindi sospese nell'aria per un certo periodo di tempo andando a coprire



distanze maggiori prima di scomparire del tutto.

Gli autori dello studio in questione, Philip Anfhrud e Valentyn

Stadnytskyi, hanno utilizzato una videocamera posta

all'estremità di uno sfondo di colore nero che permetteva di filmare il percorso delle microparticelle (20-50 micrometri) visualizzandole tramite una luce laser a fuso laminare.

Durante l'esperimento è stato fatto ripetere più volte nel far ripetere a un volontario la frase "Stay Healthy".

È stato registrato un video in cui veniva mostrata la luminosità del fascio di luce che rifletteva la grandezza delle particelle e la frazione di tempo in cui rimanevano inquadrare.

Il numero di flash luminosi in una singola porzione di video era maggiore quando veniva pronunciato il suono /TH/ della parola "healthy", la ripetizione per tre volte di questa frase, con brevi pause, ha prodotto uno schema simile di particelle: si è notato però che il numero di flash aumentava all'aumentare del tono di voce. Quando invece il soggetto ripeteva la frase con un panno umido sulla bocca, il numero di goccioline di saliva disperse in forma di aerosol diminuiva.



Ricordarsi quindi che in questo periodo di pandemia è molto importante

tenere i due metri di distanza dalle persone, in particolare quando si parla.

TUTTO SUI NEI

cos'è un NEO?

I **nei** sono lesioni pigmentate della pelle o delle mucose, derivanti da un anomalo sviluppo di **melanociti o cellule nevice**. Di solito, i nei appaiono come macchie circoscritte, di forma **rotondeggiante** od ovalare, piane o rilevate rispetto alla cute circostante.



come si formano i NEI?

Possono essere presenti sin dalla nascita o apparire in qualsiasi momento nel corso della vita. Presentano **colori differenti**: marrone scuro, rosa, rosso, giallo, color carne. Possono assumere svariate forme e dimensioni, essere piatti o sporgenti, lisci o ruvidi. Gran parte dei nei benigni sono innocui. Essi compaiono secondo **precisi disegni ereditari** nelle prime decadi di vita. Quando sono già presenti nel primo anno di vita vengono definiti “nevi congeniti”. La loro conformazione, struttura e colore saranno importanti per poter definire in seguito la prognosi, nonché la condotta clinica e terapeutica.

NEI buoni o cattivi?

Tutti noi, chi uno chi tanti, presentiamo dei dubbi sul loro aspetto? I criteri fondamentali sono riassumibili nella **sigla «ABCD»**, dove A sta per asimmetria, B per bordi irregolari, C per colori diversi nello stesso neo e D per diametro oltre i 6 millimetri. Comunque è sempre bene rivolgersi al dermatologo. La dottoressa Riccarda Serri, specialista in dermatologia dell'università di Milano risponde in un'intervista. In generale, si può affermare che, quasi nella totalità dei casi, i **nei** sono **lesioni benigne** che non daranno problemi e complicanze per tutto il resto della vita. Sono, invece, da tenere sotto controllo i nei che nel tempo cambiano nella loro struttura.

cosa succede se rompo un NEO?

Un forte sfregamento o un trauma possono causare la rottura di un neo. Sebbene questo possa destare ansia e preoccupazione, non bisogna allarmarsi perché, come spiega il professor Antonio Costanzo, Responsabile di Dermatologia in Humanitas, un neo non diventa pericoloso quando si rompe.