



MEDICINA SINAESTHESICA IL CIOCCOLATO NELLE ESTETICHE MAGAZINE

EDITORIALE

Il sorriso, prima cifra della bellezza

Prof. Giovanni B. Agus, / Pag 3

Inaugurazione A.A. 2018/19
1° Dicembre 2018

First Announcement
Congresso Nazionale IAPEM

NUOVE FRONTIERE

MEDICINA SINAESTHESICA®
il cioccolato nella terapia de-stress

Dott. Pier Michele Mandrillo / Pag 5

ARTICOLO

IL SOVRAPPESO

Non è un problema estetico

Prof. Angelo Pulcini / Pag 7

ARTICOLO

LA MEDICINA ESTETICA
nella pratica Odontoiatrica

dr.ssa Milena Pisano / Pag 12

**PROSSIMI CORSI
MONOTEMATICI**

da pagina 21



Dott. Pier Michele Mandrillo
Medico Chirurgo-Medico Estetico
Odontoiatra

MEDICINA SINAESTHESICA®

il cioccolato nella terapia de-stress

IL CIOCCOLATO: un toccasana per il benessere ed il benessere

Il cioccolato attualissimo super food, alimento funzionale e psicoattivo, in principio fu considerato cibo divino, Theobroma Cacao nel nome attribuito da Linneo, nel 1735 a significare, appunto, cibo degli Dei.

MEDICINA SINAESTHESICA®

(sinonimi: Medicina Sinestesica o Medicina Sinestetica) il neologismo, proprietà intellettuale del Dott. Pier Michele Mandrillo nel marchio sanitario Aestheate: lifemotiv Medicina del Benessere e del Benessere®.

Pare che i Maya coltivassero il cacao almeno dal 1000 a.C. e che per gli Atzechi fosse addirittura la pianta più bella del giardino degli dei. La leggenda vuole che la bevanda che già da allora si preparava con i semi non era destinata a tutti, ma era riservata all'imperatore, per dargli energia durante gli incontri amorosi con le sue numerose mogli ed ai sacerdoti durante le cerimonie sacre e in casi particolari ai guerrieri.

La parola cioccolata invece deriva dalla parola atzecca xocoatl che indicava la bevanda preparata con acqua calda e i semi della cabossa di cacao, si pensi che i semi erano tanto preziosi da essere usati come moneta. Nel 1502 Cristoforo Colombo fece conoscenza con il cioccolato tanto da annotare l'evento nel suo diario di bordo. Nel 1800 il naturalista tedesco Alexander von Humboldt scrive che "...in nessun altro luogo la natura ha concentrato tante preziose sostanze nutritive in un piccolo spazio, come nella fava di cacao."



In tempi più moderni, la ricerca scientifica e clinica suggerisce che il consumo quotidiano del "dark chocolate" o cioccolato fondente ha effetti positivi sul cuore, sulla circolazione sanguigna, sul cervello, sulla carie dentaria ed è in via di dimostrazione che potrebbe essere di beneficio in nuove sfide di salute quali l'autismo, l'obesità e il diabete.

Il cioccolato fondente fa bene alla pelle dato che flavonoidi in esso contenuti la proteggono dai danni del crono e, soprattutto, fotoaging. Il cioccolato è, comunque, divenuto un alimento quotidiano in persone che sono ansiose, stressate, che hanno bisogno di alleviare la sindrome premestruale, dimenticare i problemi o rilassarsi, ciò perché il cioccolato è capace di aumentare il rilascio di endorfine, che provocano sentimenti di piacere, relax e benessere nelle persone.

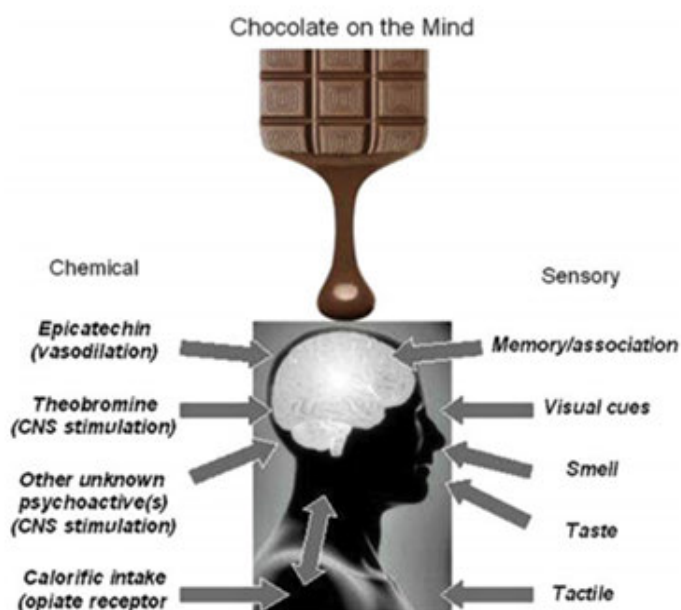
Tale peculiarità terapeutica è legata alla presenza della FENILETILAMINA (PEA), la stessa sostanza chimica che viene rilasciata dal cervello quando si



è innamorati. E' proprio la PEA che incoraggia il cervello a rilasciare endorfine del benessere. Altri ricercatori credono che il desiderio di mangiare il cioccolato abbia a che fare con la serotonina, una sostanza chimica nel cervello che fa sentire le persone belle e rilassate. La serotonina viene rilasciata quando si consuma cioccolato ed è per questo che molte persone trovano questo trattamento domiciliare avvincente e ...gustoso.

Un interessante studio del Prof. Lee S. Berk, DrPH, ricercatore in psiconeuroimmunologia e scienze alimentari

presso la Loma Linda University pubblicato nell'aprile 2018 ha dimostrato che il consumo di cioccolato fondente, "dark chocolate" riduce lo stress e l'infiammazione, migliora la memoria, l'immunità e l'umore. Illustrato nel corso della Biennale di Experimental Biology 2018 a San Diego, tale studio è innovativo perchè ha valutato per la prima volta su umani che il cacao, una delle principali fonti di flavonoidi, può supportare la salute cognitiva, endocrina e cardiovascolare. La ricerca ha evidenziato che consumare cioccolato fondente ad alta concentrazione di cacao (minimo 70% di cacao, 30% di zucchero di canna biologico) ha effetti positivi sui livelli di stress, infiammazione, umore, memoria e immunità. Proprio in relazione a quest'ultimo aspetto, lo stesso ricercatore ha presentato i risultati di uno studio in progress, riguardante gli Effetti del



Cioccolato Fondente (70% di Cacao) sulla Espressione genica umana. Egli ha affermato che “ Il Cacao regola la risposta immunitaria cellulare, la segnalazione neurale e la percezione sensoriale.” Lo studio pilota sperimentale ha esaminato l'impatto del consumo di cioccolato al cacao del 70% sull'espressione del gene delle cellule immunitarie e dendritiche umane, con particolare attenzione alle citochine pro- e antiinfiammatorie. I risultati del lavoro scientifico mostrano che il consumo di cacao regola più vie di segnalazione intracellulari coinvolte nell'attivazione delle cellule T, nella risposta immunitaria cellulare e nei geni coinvolti nella segnalazione neurale e nella percezione sensoriale - quest'ultima potenzialmente associata ai fenomeni di iperplasticità cerebrale. Infatti, Cioccolato fondente (Cacao organico al 70%) aumenta la densità spettrale acuta e cronica dell'EEG (μV^2), la risposta della frequenza gamma (25-40 Hz) per la salute del cervello: migliora la neuroplasticità, la sincronia neuronale, l'elaborazione cognitiva, l'apprendimento, la memoria e favorisce la consapevolezza di se e la meditazione.

Questo studio ha valutato la risposta elettroencefalografica (EEG) al consumo di 48 g di cioccolato fondente (70% cacao) dopo un periodo acuto di tempo (30 minuti) e dopo un periodo cronico (120 minuti), su frequenze cerebrali modulanti 0- 40Hz, frequenza gamma appositamente vantaggiosa (25-40 Hz). I risultati mostrano che questo superfood con il 70% di cacao aumenta la neuroplasticità per i benefici comportamentali e di salute del cervello.

Da molti anni con il Dott. G. Fischetto utilizziamo il cioccolato fondente nella stimolazione sensoriale del senso del gusto nei nostri protocolli di MEDICINA SINAESTHESICA. FM 5 SENSORY bio-CHOCOLATE® (prodotto da Bernardi srl Grottaglie-Taranto) infatti, è una tavoletta di 48 grammi contenente il 72% di cioccolato Gran Cru Thanzanie che i pazienti consumano nel corso dei 30 minuti di trattamento sinestesico finalizzato alla contemporanea e sinergica attivazione dei cinque sensi capace di aumentare il rilascio di endorfine per combattere gli effetti dannosi del cortisolo sulla pelle e sul cervello.

Oggi, in forza di queste ultime evidenze scientifiche riteniamo di aver operato una efficace scelta terapeutica, trasformando la nostra "experience" in "expertise" coerente con la Scienza, al passo con i tempi moderni e con...la golosità dei nostri pazienti. Infatti, suggerendo loro il consumo giornaliero del nostro cioccolato fondente siamo certi di proporre un toccasana per il loro benessere e benessere. ■

PIER MICHELE MANDRILLO