

Stammi Bene

I consigli del dentista



DENTI DA LATTE: SFATIAMO QUALCHE FAKE NEWS (PARTE 2)



di Giuliano Nicolin,
dentista Mestre

Far addormentare di notte i bimbi con il biberon o il ciuccio con prodotti zuccherati è una cattiva abitudine: può portare alla "sindrome da biberon", l'insorgere della carie nei bimbi tra uno e 4 anni

Dopo aver capito la scorsa settimana che, ad esempio, i denti da latte sono importanti anche se cadono perché consentono uno sviluppo armonico del sorriso, continuiamo oggi la carrellata dei consigli sull'igiene orale dei bambini per fare una corretta informazione.

Come per i succhi di frutta, far mangiare dolci, o comunque carboidrati, ai più piccoli a merenda, non è una buona idea perché contengono glucidi. I denti vanno lavati subito dopo, o comunque entro mezz'ora, per evitare di esporli alla degradazione. L'acqua è la bevanda ideale, l'unica che non provochi danni o getti le basi per l'insorgenza della carie.

Più complesso il discorso sulla gomma da masticare. Un luogo comune errato vuole che il chewing gum sia pericoloso per i denti, mentre potrebbe essere anche benefico, pur con le dovute precauzioni. Per la salute dei denti, infatti, è sufficiente che non abbia alte concentrazioni di zucchero. E oggi ci sono molte marche attente a eliminarlo o a sostituirlo con sostanze naturali. Se, insomma, la gomma è senza zucchero si può dare ai bambini, in particolare dopo mangiato perché stimola la produzione di saliva, con le sue proprietà disinfettanti, può "lavare" via residui di cibo e riportare in fretta alla normalità il pH del cavo orale. Far addormentare di notte i bimbi con il biberon o il ciuccio con prodotti zuccherati è un'altra cattiva abitudine: può portare alla cosiddetta "sindrome da biberon", un insorgere della carie che riguarda in parti-

colare i bimbi tra uno e 4 anni.

Anche un prolungato allattamento al seno, sia come numero di ore al giorno, sia come numero di mesi, può portare all'insorgenza di carie, per lo sviluppo di microrganismi che demineralizzano lo smalto dei denti da latte. Questi, anche se non fanno male, vanno comunque curati perché la presenza in bocca di un solo elemento cariato è un fattore di rischio.

Infine, parliamo di fluoro: è dannoso o utile? Il fluoro interviene nella mineralizzazione dello smalto, rende i denti resistenti e duri, contrasta l'insorgenza di carie. L'assunzione esagerata, però, può portare ad alterazioni dello smalto e denti che sembrano opachi e macchiati.

Non c'è ancora unanimità di pareri tra gli esperti su quando iniziare l'assunzione di fluoro per i bambini poiché il fluoro si trova anche nelle acque potabili e in vari alimenti. Oggi l'OMS suggerisce di cominciarla dopo lo spuntare dei denti.

L'uso dei dentifrici fluorati dà più risultati poiché la somministrazione topica risulta più efficace. I bimbi, tuttavia, non controllano il riflesso della deglutizione e potrebbero ingerire quantità dannose di fluoro. Per questo, allora, meglio aspettare almeno i 12 mesi di vita prima di iniziare ad usare questo tipo di dentifricio e, almeno fino ai 6 anni, dovrà contenere non più di 500 ppm (parti per milione) di fluoro.

Se proprio non volete sbagliare, però, non chiedete aiuto al web. Il consiglio giusto arriverà dal vostro dentista di fiducia.

in collaborazione con



ORDINE PROVINCIALE
DEI MEDICI DENTISTI E
DUECE ODONTIATRI
DI VENEZIA

