

Stammi Bene

I consigli del dentista

DENTI DA LATTE: SFATIAMO QUALCHE FAKE NEWS (PARTE 1)



di Giuliano Nicolin,
dentista Mestre

Far lavare i denti al bambino appena sveglia? I succhi di frutta provocano la carie? Da che età sono autonomi nell'igiene orale? Ecco le risposte

in collaborazione con



ORDINE PROVINCIALE
DEI MEDICI CHIRURGHI E
DENTISTI ODONTOIATRI
DEL VENETO

Mai così tanto come ora, grazie anche ai progressi tecnologici, si cercano risposte ai più svariati argomenti sul web. Purtroppo, succede anche per la nostra salute e quella dei nostri figli. Spesso, però, si possono trovare notizie false e questo vale anche per i denti dei bambini.

I genitori hanno una responsabilità importante nella cura dei denti dei più piccoli, affinché i figli imparino come eseguire l'igiene orale quotidiana, come usare lo spazzolino e, in età più avanzata, anche il filo interdentale e il collutorio.

Persistono, però, dei luoghi comuni del tutto errati proprio sui denti dei bambini, da sfatare per evitare di provocare danni. In due puntate di questa rubrica ne illustrerò alcuni, selezionati dalle domande poste dai genitori dei piccoli pazienti.

I bambini devono lavarsi da subito i denti e hanno bisogno di essere guidati nelle manovre di lavaggio per eliminare i residui di cibo anche negli spazi interdentali. Una delle loro difficoltà maggiori è quella di raggiungere i molari e riuscire a togliere tutto quello che può provocare la placca e quindi la carie. Pur senza generalizzare, i bambini raggiungono l'autonomia nell'igiene orale intorno ai 6 anni, ma se occorre più tempo vanno seguiti e istruiti finché non diverranno indipendenti.

Non è vero che i denti da latte non siano importanti, perché tanto alla fine cadono. Sono importanti tanto quanto quelli definitivi, perché aprono la strada a una crescita armonica evitando, ad esempio, malocclusioni. Bisogna quindi curarli e monitorare

la loro salute portando i bambini alle visite periodiche da un odontoiatra di fiducia, che preserverà non solo la salute dei denti, ma anche la loro estetica.

Quanto è importante poi che il bambino lavi i denti quando si sveglia? Questo concetto è di fondo errato perché in realtà è importante lavare i denti almeno 2 volte al giorno, dopo i pasti principali e in particolare la sera. Solo così si previene, infatti, la permanenza di residui di cibo durante la notte, che può provocare a lungo andare carie e infezioni.

Far lavare i denti al bambino appena sveglia è utile solo a rinfrescare l'alito: durante la notte, infatti, si sviluppano sostanze solforate che potrebbero causare alitosi. Il consiglio, allora, è di fargli lavare i denti dopo la prima colazione. E questa regola vale anche per gli adulti!

E l'abitudine di far bere un succo di frutta ai più piccoli è una scelta salutare? Dipende, in realtà.

Il succo di frutta contiene zuccheri e, al di là dell'apporto nutrizionale, è potenzialmente dannoso perché intacca il pH del cavo orale, esponendo la dentatura al pericolo di colonizzazioni batteriche e quindi di carie. Meglio, allora, controllare bene le etichette di questi prodotti per verificare il loro contenuto di zuccheri.

Ma i dolci a merenda li possiamo dare ai nostri bambini? E il biberon di latte serale, mentre il piccolo sta già dormendo? E poi, le gomme da masticare: fanno bene o male alla salute dei denti dei nostri figli? E il fluoro, va integrato o no? Tra una settimana le risposte a questi e ad altri dubbi.

