

■ Salute: solo 1 italiano su 6 attento ai denti, il decalogo del sorriso

Gli 'attivi', quelli che fanno prevenzione e seguono le regole d'oro dell'igiene orale, sono appena il 15,8%

30-09-2013 17:45



Milano, 30 set. (Adnkronos Salute) - Solo poco più di un italiano su 6 si dà da fare per mantenere i denti belli e sani. La maggior parte dei connazionali, quasi 2 su 5, trascura invece la cura del sorriso. A scattare la fotografia è un'indagine condotta da Astra Ricerche per conto dell'Istituto di ricerca e formazione in Microdentistry, su un campione rappresentativo di oltre mille connazionali. Gli 'attivi', quelli che fanno prevenzione e seguono le regole d'oro dell'igiene orale, sono appena il 15,8%. Il gruppo più numeroso sono i 'poco attenti' (37,1%), mentre in mezzo si collocano i 'deleganti' (21%) che si affidano ai professionisti per cure e prevenzione, ma a casa non dedicano abbastanza attenzione a denti e gengive, e i 'basici' (26,1%) che, pur dedicando una discreta cura alla salute della bocca, si preoccupano solo quando i problemi diventano seri.

"Il quadro allarmante - sottolinea Enrico Finzi, presidente Astra Ricerche e curatore dell'indagine - non muta in tema di parodontite: solo il 31,2% degli italiani ne ha una conoscenza adeguata; solo il 10,8% riconosce correttamente che è una malattia che colpisce tutte le strutture del parodonto e non solo le gengive, e soltanto il 2,5% sa che si tratta di una malattia provocata da batteri. Più in generale, quasi il 40% crede ancora che la parodontite sia una malattia non curabile".

"Per aiutare gli italiani a prendersi cura della propria salute orale in maniera più attiva e consapevole - spiega Francesco Martelli, direttore scientifico dell'Istituto Microdentistry - abbiamo stilato un decalogo di azioni e di comportamenti da mettere in pratica, a partire dai più piccoli, per prevenire e riconoscere ai primi sintomi le patologie di denti e bocca".

Ecco i 10 comandamenti amici del sorriso:

1) Iniziare la prevenzione in età scolare. A 6 anni spuntano i primi molari e avviene la permuta degli incisivi. E' fondamentale insegnare ai bambini le tecniche base di igiene orale e mettere in atto un efficace controllo della placca. Va eseguita anche una visita di valutazione ortodontica e di prevenzione delle mal occlusioni e/o dei difetti ossei; 2) Controllare con attenzione lo stato delle gengive, dopo l'eruzione dei denti definitivi. Se le gengive sono edematose, arrossate e sanguinanti, sottoporsi a visita specialistica da un parodontologo. Il sanguinamento delle gengive, indipendentemente dalla sua frequenza o entità, è un fortissimo indizio di una parodontite attiva; 3) Effettuare l'igiene professionale almeno ogni 4/6 mesi. La frequenza delle sedute di igiene professionale va correlata, nel caso di bambini, alla loro capacità di spazzolarsi correttamente.

4) Eseguire alla pubertà un test di rischio per la valutazione dei fattori genetici determinanti lo sviluppo della parodontite; 5) Effettuare tempestivamente le sigillature di denti con solchi profondi e recettivi per la carie; 6) Eseguire un test microbiologico in caso di parodontite clinicamente conclamata. Il test va ripetuto una volta all'anno, a guarigione avvenuta, per prevenire le recidive; 7. Sottoporsi al trattamento preventivo della parodontite. Per risolvere l'infezione parodontale non basta eliminare i denti e sostituirli con impianti di titanio. Gli stessi batteri che causano la parodontite colpiscono anche gli impianti, causando la peri-implantite, e la perdita degli stessi.

8) Ridurre le sigarette a non più di 3 o 4 al giorno e abolire sigari e pipe. Il fumo aumenta da 7 a 10 volte il rischio di perdere i denti per la parodontite e le terapie sono meno efficaci in caso di tabagismo; 9) Eseguire controlli medici specifici in caso di diabete, aterosclerosi e osteoporosi. Non sottovalutare il ruolo che le tossine e i batteri stessi, che entrano costantemente in circolo, possono avere in numerose patologie. Molte patologie sistemiche sono correlate alla parodontite; 10) Rivolgersi ad uno specialista stomatologo in caso di lesioni della mucosa orale gengivale. Il carcinoma orale rappresenta l'1% dei tumori maligni, una biopsia eseguita tempestivamente spesso consente di intercettare la lesione in fase pre-cancerosa.