

L'osteoporosi si cura in bocca

C'è un collegamento tra la parodontite e la salute delle ossa nelle donne. Colpa degli ormoni, ma si può giocare d'anticipo. Con i test del microbioma, l'igiene orale e la dieta giusta

di **CINZIA LUCHELLI**

Donne, cura dei denti, osteoporosi. Un legame, forte, c'è. Soprattutto in determinate stagioni della vita, come la gravidanza e la menopausa, accompagnate da cambiamenti ormonali importanti. «Non solo le donne hanno un rischio maggiore di sviluppare la parodontite rispetto agli uomini, ma il legame tra questa malattia e quelle sistemiche è in loro molto più diretto», spiega Francesco Martelli, odontoiatra e fondatore dell'Istituto di Ricerca IMI EDN: «Un esempio: una donna che soffre di artrite reumatoide molto aggressiva, una volta curata per la parodontite ha un beneficio clinico non solo in bocca ma anche a livello sistemico».

La cura dei denti è un'arma contro l'osteoporosi: una parodontite non curata peggiora l'andamento dell'osteoporosi e, viceversa, il mancato controllo dell'osteoporosi peggiora la progressione della parodontite. Collegamenti biunivoci e circoli viziosi negativi che possono essere controllati o spezzati. «Ricordiamoci che i denti sono nell'osso. Dunque se la parodontite è una malattia dei tessuti di supporto del dente, un osso fragile ne aggrava sempre il decorso», spiega l'odontoiatra: «È importante, quindi, sottoporre le donne anche giovani a controlli, e gestire in maniera più efficace la parodontite». Chi si avvicina alla menopausa poi va incontro alla perdita degli estrogeni, importantissimo fattore di protezione per l'osso con un alto rischio di aggravamento o recrudescenza di parodontiti preesistenti.

Per far fronte, si può monitorare il dosaggio di due ormoni - il paratormone e la vitamina D - ed eseguire test genetici, test enzimatici e microbiologici, soprattutto in presenza di sanguinamento gengivale. «C'è sempre una correlazione tra i due ormoni. La vitamina D controlla l'assorbimento del calcio a livello intestinale. In caso di carenza si innesca una risposta, finalizzata a mantenere costante la calcemia, che, portando all'aumento del paratormone, indebolisce le ossa provocandone il riassorbimento», spiega l'esperto.

Per giocare in anticipo si può determinare il profilo di rischio di parodontite e osteoporosi e

mettere in campo una prevenzione adeguata. E per la prevenzione non è mai troppo presto: «Verso i sei anni quando cambia la flora microbica del cavo orale cominciano a svilupparsi batteri potenzialmente pericolosi. Ma la situazione viene amplificata al momento della prima mestruazione, e alcune forme di parodontite insorgono già in fase adolescenziale. Il monitoraggio con il test del microbioma del cavo orale è fondamentale per evitare la disbiosi, uno squilibrio microbiologico a cui segue un'inflamazione che determina l'apertura delle "tasche"». Questo significa insegnare ai bambini a lavarsi bene i denti; affiancare all'igiene domiciliare quella professionale; essere consapevoli che ci sono periodi della vita caratterizzati da un cambiamento ormonale critico. «È fondamentale intervenire quando il danno è reversibile, per curare i primi sintomi e sviluppare un protocollo clinico personalizzato per stabilire la quantità massima di batteri tollerata da quell'ecosistema e la frequenza delle sedute di igiene professionale», conclude l'odontoiatra.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ogni età il suo sorriso

Contro il rischio di parodontite e osteoporosi per le donne la prevenzione inizia da bambine

CHE COS'È

La parodontite è una malattia multifattoriale caratterizzata da un'infezione batterica dei tessuti parodontali che provoca una risposta infiammatoria con conseguente distruzione delle strutture di sostegno del dente, come l'osso alveolare.





COME RICONOSCERLA



Gengive

L'allarme scatta quando vedete un sanguinamento



Osso in vista

Attenzione se le gengive si abbassano



Movimenti

Controllate se i denti si spostano o si muovono



Brividi

Attenti a una sensibilità diffusa al caldo e freddo



Odori

Occhio a un frequente o persistente alito sgradevole

ILLUSTRAZIONI DI MARTA SGENOPE