

Prevenzione. Basterebbero poche e semplici azioni per preservare il sorriso dei nostri figli

Crescere senza la carie oggi è possibile La figura della pedodontista fino ai 12 anni

In Italia la carie infantile è ancora una delle patologie più diffuse ma, nonostante ciò, la prevenzione resta un territorio ancora poco esplorato dalle famiglie. Ogni genitore sogna un sorriso sano per il proprio bambino, ma pochi sanno che la salute orale si costruisce molto prima che compaia la prima carie.

È un percorso fatto di gesti semplici, buone abitudini e visite mirate con un team di professionisti capaci di trasformare la prevenzione in un'esperienza serena. Tra questi, la figura del pedodontista (il dentista pediatrico) è fondamentale per la salute orale dei bambini (dalla nascita fino ai 12 anni). Esattamente come accade nella medicina di base è fondamentale affidarsi al dentista pediatrico: perché si tratta di una figura specialistica dell'odontoiatria pediatrica che ha scelto di dedicare anni di formazione aggiuntiva allo studio specifico di:

- sviluppo dei denti da latte e dei denti permanenti
- crescita delle ossa mascellari
- prevenzione precoce della carie
- gestione delle abitudini viziate (ciuccio, biberon, succhiamento del dito)
- supervisione della permuta dei denti ed intercezione per tempo di eventuali malocclusioni
- cure di carie precoci
- monitoraggio della buona salute dei denti e delle gengive dei più piccoli
- tecniche di comunicazione e approccio psicologico ai bambini
- tecniche di sedazione farmacologica per piccoli pazienti fobici o poco collaboranti
- trattamenti minimamente invasivi pensati per i più piccoli

Un dentista generico studia e conosce la bocca dell'adulto. Un pedodontista è focalizzato sulla bocca del bambino, la sua crescita, i suoi tempi, le sue paure, il suo linguaggio. È una differenza enorme. La dottoressa Alice Dassi della Clinica Marchetti lo spiega con una metafora semplice e perfetta:

«Il pediatra non è solo un medico "per bambini": è un medico che conosce la fisiologia, la patologia, la psicologia e le esigenze dei più piccoli. La pedodontista è la stessa cosa, ma per la salute orale».

Il bambino non è un "piccolo adulto": è un mondo a sé, per questo ha bisogno di un professionista che lo conosca davvero.

La pedodontista non cura solo i denti: è una figura chiave per trasformare la salute orale in un percorso naturale e sereno, educando, rassicurando, costruendo fiducia.

LA PREVENZIONE INIZIA PRIMA DEL PROBLEMA

Prevenire significa evitare cure invasive, risparmiare tempo e denaro, proteggere la salute generale e costruire abitudini sane che accompagneranno il bambino nell'età adulta.

«Molti genitori portano i bambini dal dentista solo quando compare un dolore o un fastidio. Ma la prevenzione funziona al contrario: si interviene prima che il problema nasca. La prima visita è consigliata già nei primi anni di vita, un momento prezioso per osservare la crescita dei denti da latte, correggere eventuali abitudini viziate e impostare una routine di igiene efficace». La dottoressa Dassi lo ripete spesso: «La prevenzione è un lavoro di squadra: bambino, genitori e professionisti».

LA PREVENZIONE È UN GESTO D'AMORE.

Dottoressa Dassi, qual è l'errore più comune che vede compiere dai genitori?

«Pensare che i denti da latte non siano importanti. In realtà sono fondamentali per la masticazione, la fonazione ed il corretto sviluppo delle ossa mascellari. Anche se il paziente è piccolo e sono denti "a scadenza" non vanno assolutamente trascurati».

Quando dovrebbe avvenire la prima visita?

«Molto prima di quanto si creda. È importante cominciare a portare il bambino in visita dal dentista pediatrico già da piccolo per ricevere le giuste indicazioni sull'igiene orale e sull'eruzione dei denti decidui. Salvo bisogni imprevisti del bambino (traumi, denti scuri, dolori a masticare, gengive infiammate), la prima vera visita viene effettuata intorno ai 3 anni di età ed è strutturata con un approccio ludico pensato per loro: il bambino potrà scegliere se sedersi da solo sulla poltrona o sulle gambe della mamma, avrà uno specchio con cui osservare meglio e contare i propri dentini, conoscerà i poteri speciali della strumentazione pediatrica; nel frattempo il dentista pediatrico controllerà che la bocca sia in salute spesso senza che il bambino se ne accorga nemmeno, e fornirà consigli specifici ai genitori. Verso i 6 anni di età, quando arrivano i primi denti permanenti, il pedodontista valuterà la situazione ortodontica e lo spazio necessario alla regolare crescita dei denti, controllerà l'andamento della permuta ed eventuali particolari si-



La dottoressa Alice Dassi

tuazioni come i denti in doppia fila o il palato stretto o il morso inverso o altre malocclusioni che possono essere già visibili. Inoltre a partire dal 6° anno, si possono cominciare a eseguire alcuni trattamenti di prevenzione quali le sedute di igiene dei denti decidui e le sigillature dei denti permanenti. Le sedute di igiene dei bambini servono a rimuovere macchie e depositi di placca o tartaro, che già potrebbero essere calcificati e non rimovibili a casa con il semplice spazzolino; in base poi al rischio di carie di ciascun bambino, consigliamo le corrette frequenze di visite e igiene pediatriche future».

Lei ha nominato le sigillature: potreb-

bedir cosa sono e se sono veramente sempre necessarie?

«Le sigillature sono un trattamento di prevenzione semplice e indolore, rappresentano uno dei trattamenti preventivi più efficaci che abbiamo a disposizione. Servono a proteggere i solchi dei denti permanenti dalla carie. I primi molari permanenti, che spuntano intorno ai 6 anni, hanno solchi profondi difficili da pulire. Con una resina protettiva fluida, volta a riempire i solchi dove diversamente si anniderebbe la placca, vengono rilasciate particelle di fluoro rendendo i denti lisci e più facili da igienizzare impedendo ai batteri di annidarsi e riducendo drasticamente il rischio di carie. Essendo una procedura sicura ed efficace è fortemente raccomandata dalle più recenti linee guida del Ministero della Salute. È un trattamento rapido, indolore e con un impatto enorme sulla riduzione del rischio di carie. Un gesto semplice che può evitare anni di cure».

ALIMENTAZIONE: IL VERO "DENTIFRICIO QUOTIDIANO"

La salute dei denti si costruisce a tavola. La pedodontista aiuta le famiglie a riconoscere i cibi amici e nemici dei denti e a impostare abitudini sostenibili.

Quanto incide l'alimentazione sulla salute orale?

«Moltissimo. Non è solo questione di zuccheri, ma di frequenza e modalità. Un succo di frutta sorvegliato per un'ora è molto più dannoso di un dolce mangiato a fine pasto. L'acqua deve essere la bevanda principale. E poi frutta fresca, verdure croccanti, latticini: sono alleati preziosi. È importante ridurre il più possibile la frequenza di assunzione di cibi ricchi di zuccheri complessi e raffinati come caramelle e merendine industriali; caramelle, cioccolato e dolci sono i principali responsabili di carie dentali, mangiarli tutti i giorni espone il bambino ad un altissimo rischio di carie, per questo spesso consiglio alle famiglie di proporre anche merende salate o più salutari ai propri figli. Se una volta ogni tanto si mangia una merenda dolce nessun problema, basta lavare accuratamente i denti subito dopo per eliminare residui di zuccheri che altrimenti andrebbero ad alimentare i batteri responsabili delle carie. Inoltre consiglio spesso di fare molta attenzione alle bevande zuccherate come succhi di frutta, thé confezionati e soft drink che possono contenere molti zuccheri».

Focus. Crescita

Un approccio olistico per curare il bambino a 360 gradi

Un approccio olistico non si limita a "curare i denti", ma sostiene lo sviluppo armonioso del bambino. Riduce il rischio di carie, favorisce una crescita cranio-facciale equilibrata e crea un rapporto positivo con la cura di sé. In un approccio olistico alla cura dei denti del bambino entrano in gioco diverse figure, ciascuna con un ruolo specifico.

Dottoressa Dassi, perché è importante affidarsi ad una struttura che abbia la possibilità di approcciare alla salute orale del bambino in maniera olistica?

«Molto spesso si incorre nell'errore di pensare che la salute orale dipenda esclusivamente dai denti, in realtà dipende da tutto ciò che riguarda crescita, respirazione, alimentazione, emozioni e abitudini quotidiane. Per questo è molto importante avere un approccio olistico coinvolgendo diversi professionisti. Molto spesso nel corso del mio lavoro, infatti, coinvolgo diverse figure mediche necessarie per poter approcciare al problema partendo dalle cause. Oltre alla figura del pedodontista quindi, che conosce a fondo la fisiologia del bambino in fase di crescita, spesso ho bisogno della figura dell'ortodontista per valutare lo sviluppo delle arcate dentarie e dell'occlusione, andando a intervenire su problemi di crescita del palato, affollamento, morso aperto o crociato, osservando più nel dettaglio anche respirazione, postura e abitudini orali. Proprio per questo, in alcuni casi coinvolgo il nostro otorinolaringoiatra fondamentale quando ci sono problemi di respirazione orale, adenoidi ingrossate, tonsille ipertrofiche o frequenti otiti, in quanto ci sono interventi sui denti che devono

seguire una priorità di cura e che, se non si risolve la causa principale, potrebbero non essere risolutivi. Una respirazione corretta è essenziale per lo sviluppo armonioso del volto e del palato. Lavoro spesso anche in sinergia quindi con la logopedista che interviene su deglutizione, respirazione, fonazione e abitudini viziate (succhiamento del pollice, spinta linguale), aiutando a correggere schemi motori che influenzano la crescita dento-facciale. Per finire, problemi orali possono dipendere anche da tensioni muscolari e mobilità cranio-facciale e per questo talvolta può essere necessario anche interfacciarmi con l'osteopata o lo gnatologo, valutando la postura, la funzionalità dell'apparato temporomandibolare e la sua mobilità, andando ad individuare eventuali squilibri che influenzano masticazione, respirazione, sviluppo mandibolare, serramenti, bruxismo e malocclusioni future andando a prevenire intervenendo su abitudini e schemi motori alterati».

Prendersi cura della salute orale del bambino, quindi, significa accompagnarlo in un percorso di crescita armoniosa, in cui ogni professionista contribuisce con competenze specifiche, mentre i genitori, primi educatori e modelli di riferimento, svolgono un ruolo determinante: solo attraverso una conoscenza consapevole possono trasmettere abitudini corrette e favorire un benessere duraturo perché i denti sono un patrimonio da preservare e oggi con le nuove tecnologie, un approccio olistico, la prevenzione e l'informazione è possibile preservare i propri denti sani per tutto il corso della vita ma è necessario iniziare dai primi denti decidui dei più piccoli.

Alice Dassi. La dottoressa spiega come assicurare i piccoli pazienti

Un rapporto di fiducia che migliora la vita

Come si costruisce un rapporto sereno tra bambino e dentista?

«Con un linguaggio su misura, tanta pazienza ed empatia. Il mio obiettivo non è solo curare, quello che mi dà più soddisfazione è educare i piccoli pazienti e fornire loro delle abitudini più sane. Ogni visita è un'occasione per far sentire il bambino competente, coraggioso, protagonista».

Quando un piccolo paziente esce sorridendo e dicendo "quando torniamo?", so di aver fatto bene il mio lavoro».

Potrebbe dare qualche semplice consiglio ai genitori?

«Certamente. Oltre a migliorare l'educazione alimentare, fin da subito è importante non spaventare mai il bambino utilizzando la figura del dentista come esempio negativo legato al dolore: spesso mi capita di sentire: «Se ti si cariano i denti ti porto dal dentista e vedrai che male a curare le carie!». Niente di più falso, ciò contribuirebbe solo a creare fobie immotivate che traumatizzano i bambini e rendono più difficile la prima visita e le eventuali cure successive.

Un altro consiglio che mi sento di dare è di non raccontare mai le proprie esperienze passate che nulla c'entrano con quello che i bambini dovranno affrontare, la prima visita pedodontica è solo un semplice appuntamento conoscitivo pensato a misura di bambino ed è il dentista che sceglierà e spiegherà, con un linguaggio appropriato e adatto all'età, quello che il bambino dovrà fare. E soprattutto, grazie all'esperienza e alla tecnologia, oggi è tutto indolore! Infine, dopo la visita dal dentista pediatrico la prevenzione deve proseguire in casa,

accertatevi quindi che lavino sempre i denti almeno 2 volte al giorno o dopo ogni pasto dando voi stessi il buon esempio, ricordarsi sempre che i bambini ci osservano e traggono i principali insegnamenti dalle nostre azioni. Portateli regolarmente (almeno un paio di volte all'anno) dal pedodontista seguendo i controlli di routine che verranno prescritti: l'igiene orale pediatrica e una precoce diagnosi contribuiranno a rendere sani i loro denti ed il cavo orale, prevenendo possibili problemi futuri su gengive e denti».



Sedazione cosciente con protossido di azoto