

Cosa deve sapere un genitore?

## I BAMBINI

### I DENTI DECIDUI o DENTI DA LATTE

I denti decidui sono **20** e la loro eruzione inizia intorno ai **6 MESI** di vita, ma ci possono essere eruzioni precoci o tardive rispetto a tale data. I primi a erompere sono i 2 incisivi centrali inferiori (A), poi i 2 incisivi centrali superiori (B), i 2 laterali superiori (C) e i 2 laterali inferiori (D). Successivamente 4 canini (E) e 8 molari (F). Questi ultimi verranno sostituiti dai premolari permanenti. I molari permanenti erompono all'età di **6 ANNI** e non verranno più sostituiti.

I denti da latte hanno una **FUNZIONE** importantissima per la salute ed il benessere del bambino, pertanto i genitori devono prendersene cura sin dai primi mesi di vita anche quando **NON** sono ancora spuntati, insegnando al bambino le prime manovre di igiene dentale, abituandolo alle regolari visite dal dentista e trasmettendo fiducia e serenità. La funzione masticatoria dei denti da latte viene garantita dalla loro integrità.

I denti decidui sono esattamente come i denti permanenti e quindi possono **CARIARSI** e dare **DOLORE** con la stessa intensità dei denti degli adulti. Può insorgere una **PULPITE** e si possono formare gli **ASCESSI**. Un dente deciduo cariato porta a un accumulo di residui di cibo tra dente e dente, con infiammazione della gengiva e dolore alla masticazione. Il bambino inizia a masticare **SOLO DA UN LATO** o a non desiderare certi tipi di cibi o a ingerire **SENZA** masticare, determinando conseguenze anche sulla **SALUTE GENERALE**.

**I FAMILIARI**, utilizzando lo stesso cucchiaino o succhiando il ciuccio o la tettarella, possono trasmettere, tramite goccioline di saliva, i batteri che determinano la carie. La prevenzione quindi passa anche attraverso la cura e l'igiene della bocca dei genitori e di chi sta vicino al bambino.

Mantenere denti da latte sani porta a preservare gli **SPAZI** che verranno occupati dai denti permanenti, **DIMINUENDO** il rischio di affollamenti e semplificando le eventuali correzioni ortodontiche (**APPARECCHI**). **CIUCCI e TETTARELLE** possono, nel lungo periodo, modificare le strutture ossee del palato favorendo malposizioni dentarie. Bisogna quindi cercare di farne un uso limitato nel tempo.

Cosa deve sapere un genitore?

### LA PREVENZIONE: I 4 LIVELLI DI INTERVENTO

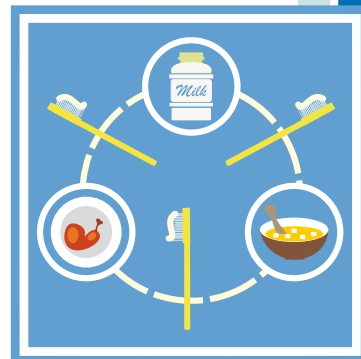
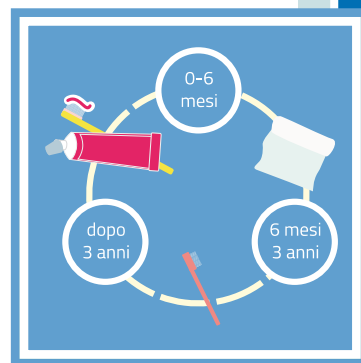
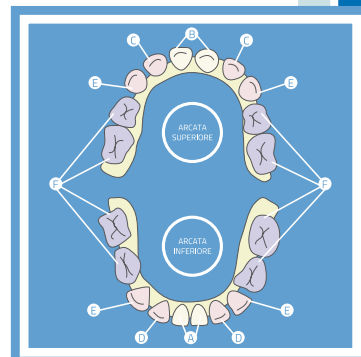
#### 1 IGIENE: Come si puliscono i denti del bambino?

Anche prima che i denti erompano è necessario prendersi cura della bocca dei bambini. Con una **GARZA STERILE** inumidita bisogna massaggiare le gengive, la lingua e l'interno delle guance. L'eseguire queste manovre parlando al neonato con voce rassicurante e con sorrisi lo abituerà a ricollegare ad un evento piacevole.

Quando i primi dentini saranno erotti possiamo iniziare a utilizzare uno spazzolino con testina **PICCOLA** e setole **MORBIDE** "sporcate" con una piccola quantità di dentifricio al fluoro.

Intorno ai 3 anni il bambino vorrà iniziare a lavarsi i denti da solo. Potrete farglielo fare aiutandolo, insegnandogli i movimenti corretti e guidando la sua mano. Anche in questo periodo deve essere utilizzata una quantità ridotta di dentifricio al fluoro (le linee guida raccomandano una dose delle dimensioni di un pisello). Pulite lentamente tutti i denti assicurandovi di raggiungere tutte le superfici. Ripetete l'operazione 2 volte al giorno senza rinunciare mai a farlo **DOPO** la cena, prima di dormire.

A partire dai 6 anni, cioè quando il bambino sarà in grado di gestire bene la **DEGLUTIZIONE**, potrà utilizzare il dentifricio al fluoro in quantità normale, sempre **SENZA** ingerirlo. Lavarsi i denti insieme può essere molto utile per insegnare ai vostri figli i movimenti e l'importanza dell'igiene orale.



## I BAMBINI

### 2 FLUOROPROFILASSI: Che cosa è il fluoro e a che cosa serve?

Lo smalto dei denti è per natura costituito da idrossiapatite, che nel processo carioso viene distrutta dalle sostanze acide liberate dai batteri.

Il Fluoro è una sostanza presente in natura, non un farmaco, che se assunto con regolarità nelle prime fasi di vita fa sì che lo smalto diventi più **RESISTENTE** alle sostanze acide, quindi più resistente alla carie. Il fluoro si trova nell'acqua potabile, nell'acqua minerale, in bevande, cibi, dentifrici, gel e collutori.

Secondo le normative dell'**ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITÀ** l'uso quotidiano di dentifrici al fluoro a partire già dai 6 mesi di vita, eventualmente integrati con l'applicazione professionale di gel e vernici nei pazienti che hanno una maggior tendenza alla carie, è dimostrato essere in grado di rendere i denti più resistenti riducendo l'incidenza della patologia cariosa.

Chiedete al vostro dentista come potete agire e quando.



### 3 LA DIETA: Come l'alimentazione aiuta a mantenere i denti sani?

L'alimentazione ha un ruolo determinante nella prevenzione della carie e quindi nella salute orale del bambino.

Esistono cibi che sono più **"PERICOLOSI"** di altri ricchi in **CARBOIDRATI** e **ZUCCHERI**.

È necessario fare attenzione ad esempio all'assunzione di alcuni frutti, particolarmente ricchi di zuccheri, alle bibite zuccherate e ai succhi di frutta. Eliminare tutti questi alimenti non è corretto, ma potete insegnare ai vostri figli alcune regole importanti come:

- » lavarsi i denti dopo aver mangiato, anche dopo la **MERENDA**
- » preferire l'uso della **CANNUCCIA** bevendo bibite o succhi di frutta
- » cercare di contenere la frequenza delle assunzioni di questi alimenti

Non dimenticate infine che l'azione cariogena non è legata solo al quantitativo di zuccheri o carboidrati contenuti in un cibo o in una bevanda, ma anche al suo grado di acidità.

Tutte le bevande **GASSATE** o gli **INTEGRATORI** per gli sportivi, il **THE'** e tutti i preparati **LIOFILIZZATI** sono estremamente dannosi per i denti dei vostri figli, come per i vostri.



### 4 ABITUDINI (S)CORRETTE: Cosa non fare MAI?

I primi anni di vita dei bambini sono importantissimi per ciò che possono imparare dalle nostre abitudini e comportamenti. Ai genitori quindi il compito di non compiere degli errori e di essere maestri nell'insegnare l'importanza della cura e della prevenzione.

Ai neonati **NON** dare mai il ciuccio intinto nel **MIELE** o nello **ZUCCHERO**, anche quando i dentini non sono ancora erotti.

**NON** fare mai addormentare il bambino con un biberon di **CAMOMILLA** altamente zuccherata.

Tali abitudini potrebbero portare ad una cariorecettività molto alta. Esiste una patologia, definita **"SINDROME DA BIBERON"** in cui i bambini presentano già nei primissimi anni di vita tutti i denti anteriori cariati e completamente distrutti a causa di queste due abitudini sbagliate.

Togliete il prima possibile (intorno ai 12 mesi) al vostro bambino il ciuccio ed insegnategli poco più tardi a bere dalla tazza e non dal biberon, per evitare che l'uso prolungato possa modificare il palato e portare a malposizioni dentali.



E dal  
dentista?

## I BAMBINI

### TUTTO SI BASA SULLA FIDUCIA

Il rapporto che il vostro bambino instaurerà con il dentista sarà fondamentale per il successo della prevenzione e per la sua salute orale di tutta la vita.

Tutto si basa sulla fiducia e sarete voi a **TRASMETTERLA** al bambino.

Il meccanismo è molto semplice. Il bambino si fida di voi, voi del dentista e di conseguenza il bambino ha fiducia ed è tranquillo dal dentista. Cercate di non far trasparire le vostre eventuali paure o ansie perché il bambino se ne accorge subito.

Durante la prima seduta entrerete con il bambino ma lasciate che nelle successive entri da **SOLO**. Sarà più responsabile e meno capriccioso.

Instaurerà un rapporto personale con il dentista che lo cura, cosa di fondamentale importanza.

Cercate di **NON** portarlo alla seduta quando è particolarmente stanco, magari dopo 8 ore di scuola. Sarà nervoso e maldisposto.

Se sono necessarie delle cure meglio accompagnarli nelle prime ore della mattina, quando è più riposato.



Che cosa  
sono le  
sigillature?

### LE SIGILLATURE FANNO PARTE DELLA PREVENZIONE

Vengono eseguite tra i **6 e gli 8** anni quando il bambino è in dentizione mista.

Generalmente si sigillano i primi molari permanenti ma talvolta anche i secondi se il bambino presenta un'alta cariorecettività.

Quando i primi molari permanenti erompono presentano sulla superficie masticante dei solchi molto **PROFONDI** in cui facilmente si fermano residui di cibo che porteranno velocemente il dente a cariarsi. La sigillatura consiste in un trattamento in cui tali solchi vengono puliti e poi "riempiti" con una **RESINA** contenente Fluoro, in modo tale che il cibo non possa più fermarsi e lo smalto venga rinforzato.

È un trattamento **NON** particolarmente lungo e non doloroso.

È estremamente utile e conservativo, ma deve essere eseguito seguendo un attento protocollo.

Perché le sigillature possano essere durature ed efficaci devono essere eseguite con la **DIGA**.

La diga è un foglietto di gomma che serve a isolare il dente, in modo che rimanga asciutto durante tutti i passaggi del trattamento.

La durata delle sigillature è variabile, generalmente è un trattamento che si esegue una sola volta nella vita del bambino perché con il passare del tempo il dente si consuma ed i solchi risultano meno profondi.

Inoltre il bambino, crescendo, impara a pulire sicuramente con più attenzione e cura i propri denti.

Le sigillature servono per prevenire la carie a livello della superficie masticante ma questo **NON** significa che i denti sigillati non possano più cariarsi. Se non si esegue con cura l'igiene orale utilizzando anche il filo interdentale, i denti, anche se sigillati sulla superficie masticatoria, possono poi cariarsi a livello interprossimale, cioè tra dente e dente.



Cosa fare  
in caso  
di trauma?

## I BAMBINI

### LA ROTTURA DI UN DENTE

Non è infrequente che un bambino possa subire un trauma a livello dei denti, o giocando, o facendo sport o in un incidente.

In qualsiasi caso chiamate il vostro dentista che lo visiterà in **GIORNATA**.

Nel frattempo dovete lavare la ferita con **ACQUA** corrente.

Generalmente il trauma interessa anche i tessuti molli, quindi anche le labbra e le gengive devono essere lavate con cura.

Cercate di arrestare l'eventuale sanguinamento comprimendo con una garzina l'area traumatizzata.

Controllate se i denti sono integri o si sono rotti. Nel secondo caso cercate il **FRAMMENTO** e mettetelo in soluzione fisiologica, nella saliva o nel latte e portatelo al dentista.

Qualora il trauma avesse portato alla perdita di tutto il dente (**AVULSIONE**) è importante che voi riusciate a raggiungere il dentista nel più breve tempo possibile. Nel frattempo conservatelo in ambiente umido, saliva o soluzione fisiologica.



Cosa fare  
aspettando  
un bambino?

### LA PREVENZIONE IN GRAVIDANZA

I nove mesi che precedono la nascita di vostro figlio sono caratterizzati da modificazioni ormonali che agiscono anche a livello orale.

Particolare cura dovrà essere rivolta all'igiene orale.

Le gengive sanguineranno più facilmente, quindi dovrete fare delle sedute di igiene più **RAVVICINATE** dal vostro dentista.

Avvisate di essere in gravidanza perché nei primi 3 mesi **NON BISOGNA** eseguire esami radiografici.

Nei mesi successivi si potranno fare eventuali cure dentali, se urgenti.

L'anestesia può essere fatta **SENZA** arrecare danno al bimbo.

È dimostrato che i batteri cariogeni vengono **TRASMESSI** dalla madre al figlio, pertanto ricordate sempre la vostra igiene orale durante la gravidanza e nei primi anni di vita del bambino. Questa condiziona lo stato di salute orale di vostro figlio.

Anche l'**ALLATTAMENTO** sarà un periodo delicato per i vostri denti e le vostre gengive, quindi cercate di trovare sempre il tempo, anche dopo che sarà nato il vostro bambino, per fare visite periodiche ed avere cura di voi.

