

GRAZIA



Lire 4000 in Italia E

MON

settimanale n. 12 27

TE
GUARDIA
PASSA
O
FUTUR

E se fosse colpa dei denti?

Può determinare mal di testa, mal di schiena, difetti di postura. Quella che gli specialisti chiamano «sindrome algica disfunzionale» è un insieme di sintomi dolorosi la cui natura in un primo momento spesso appare poco chiara. «Può accadere che all'improvviso si manifestino disturbi che non hanno, a prima vista, una causa organica», spiega Gianfranco Aiello, presidente nazionale dell'Accademia di estetica dentale di Milano. «Ci sono pazienti che accusano **dolori alla colonna vertebrale** senza, però, avere alcun problema ortopedico, e altri che si svegliano con mal di testa mai provati prima di cui

non si capisce l'origine. Il rischio è che simili problemi vengano attribuiti a una causa di natura psicosomatica e che non siano perciò trattati adeguatamente. In molti casi, invece, l'origine di questi disturbi può essere odontoiatrica». Una malocclusione, **un lieve difetto anatomico della mandibola** o condizioni di stress particolarmente intenso possono portare a serrare i denti in modo errato e continuo. «Ecco allora che **la muscolatura che interessa il collo, le spalle e la schiena** si contrae in modo innaturale e viene sottoposta a uno sforzo altrettanto innaturale», continua Aiello. «Nella diagnosi di do-

lori che compaiono all'improvviso e si presentano soprattutto al primo mattino o in momenti di tensione è dunque importante effettuare una visita dentistica. Per risolvere simili situazioni potrebbe essere sufficiente effettuare quello che si chiama un **"molaggio selettivo" dei denti**, cioè la limatura di eventuali punte mirata a fare combaciare correttamente le arcate dentali. Nei casi in cui il difetto di masticazione dipenda da un'anomalia anatomica della conformazione della mandibola può essere utile ricorrere a **speciali apparecchi ortodontici** per riportare in asse i denti. Ma nei casi in cui all'origine della sintomatologia dolorosa vi sia semplicemente **una condizione di stress** tale da portare a contrarre i muscoli della mascella, diventa fondamentale insegnare al paziente a controllare i movimenti involontari indotti dalla tensione emotiva». Ecco allora che la terapia vincente diventa una sorta di «ricondizionamento» del paziente che deve imparare a prestare attenzione agli atteggiamenti che adotta nei momenti di tensione. «A quanti **digri-gnano durante la notte** si può insegnare, per esempio, ad addormentarsi con la bocca rilassata e a non serrare i denti durante tutto il giorno», dice lo specialista. «Certo occorre una buona dose di collaborazione e **un forte autocontrollo** da parte del paziente, ma, una volta instaurati, gli atteggiamenti corretti diventano un'abitudine naturale, a cui non si presta più alcuna attenzione. **Lia Damascelli**