

A cura di: ALESSANDRO PELLIZZARI

Lettere

odontoiatria

**Vorrei sbiancare i denti:
qual è il metodo
migliore e più sicuro?**

Sento continuamente parlare della tecnica per sbiancare i denti. Con il laser, con una lampada dal dentista, persino da soli comprando un kit in farmacia. Ma qual è il metodo migliore e più sicuro per lo smalto?

Mary, 25 anni

Capisco la sua confusione. Le proposte di sbiancamento dei

denti si sono moltiplicate in questi anni. Si va dai kit fai da te venduti in farmacia alle metodiche "fast", cioè veloci, da fare nello studio del dentista in una seduta, per esempio con l'utilizzo di laser o di lampade alogene. Vediamo di fare chiarezza. I kit venduti in farmacia non hanno alcuna letteratura scientifica di supporto. Non sono stati controllati da test clinici in strutture riconosciute e accreditate (università di prestigio, ospedali, cliniche odontoiatriche). Le medesime considerazioni valgono per i sistemi fast eseguiti in studio: di solito, le sostanze sbiancanti utilizzate, oltre a non rispondere alle "regole" ufficiali (protocolli) previste per gli sbiancamenti che sono già stati testati, sono troppo concentrate (devono fare tutto in poche ore). Il rischio è che queste procedure possano provocare danni allo smalto dentale.

Qual è, allora, il sistema migliore? Sicuramente, fra le più usate, testate e sicure c'è la procedura di *sbiancamento domiciliare* o *nightguard bleaching*. Consiste in una visita dal dentista durante la quale, dopo avere escluso la presenza di malattie e di controindicazioni allo sbiancamento, viene presa un'impronta dei denti e realizzata una mascherina. Questa "dentierina" di plastica dovrà essere indossata di notte, dopo averla riempita di uno speciale gel sbiancante. In genere bastano una-due settimane di trattamento per avere denti candidi e belli, senza fastidi (il gel agisce mentre dormiamo) e danni di alcun genere. Questa metodica è stata messa a punto molti anni fa (personalmente la

prescrivo dal 1991) dal professor Haywood della North Carolina University, ed è stata poi testata dall'università di New York. I test hanno dimostrato che è innocua per i denti (non intacca lo smalto), per le mucose orali (non le infiamma né fa retrarre le gengive) e per l'organismo (non è tossica, neanche se deglutita). I risultati sono stabili anche dopo otto anni e il costo è contenuto (poco più di un milione per trattamento).

dottor Gianfranco Aiello