



A cura di: ALESSANDRO PELLIZZARI

lettere

odontoiatria

Le mie gengive si retraggono: perché? Cosa posso fare?

Non ho problemi di carie o di denti storti, ma di gengive. Si sono talmente ritirate che lasciano scoperte le basi dei denti. A parte il problema estetico (si notano molto) ho paura che la situazione possa peggiorare. Perché ho questo problema? Cosa posso fare?

Federica, 25 anni

Cara Federica, la retrazione gengivale può essere dovuta a diversi fattori. Innanzitutto alla predisposizione individuale: ci sono infatti persone che ereditano una "tendenza" ad avere più problemi

gengivali degli altri. Poi ci sono alcuni fattori che dipendono dal nostro modo di lavarci i denti, o dallo stato di salute della nostra bocca. Un'abitudine sbagliata, che è in grado di far retrarre le gengive, è il cosiddetto "spazzolamento traumatico" (succede se spazzoli denti e gengive in modo troppo energico, con uno spazzolino troppo duro e in senso orizzontale). Non è un caso, infatti, che sia proprio la zona sinistra della bocca ad avere in genere segni di retrazione più marcata: ciò succede proprio perché con la mano destra si tende a forzare di più questo lato.

Come evitare o fermare la retrazione? Prima di tutto modificando il modo di spazzolare i denti: lo spazzolino va usato come una scopa che pulisce dalla gengiva al vertice del dente, e mai viceversa, o in senso verticale. In secondo luogo adoperando un bastoncino specifico di legno (si chiama *perio-aid* e lo trovi in farmacia) che ripulisce il solco gengivale dalla placca batterica: basta seguirne il bordo con questo attrezzo.

Esistono infine casi in cui la gengiva ha un tessuto meno resistente e un osso sottostante (quello che sostiene i denti) meno robusto del normale. Nei casi di grave retrazione, o in quelli più antiestetici, è possibile ricorrere a degli innesti di gengiva prelevati generalmente dal palato del paziente: in questo modo si ferma l'evoluzione della malattia, cioè la retrazione, e si risolve in un sol colpo anche il problema del brutto sorriso.

dott. Gianfranco Aiello