

DONNA MODE!

Settimanale femminile
di moda, attualità,
cronaca e spettacoli

Per un sorriso senza problemi

La gengivite è un'infezione causata da batteri. E si cura con un'attenta igiene della bocca

La gengivite è una malattia assai diffusa, di cui soffre almeno il 60 per cento delle persone tra i 30 e i 40 anni. I sintomi sono molto comuni, facili da riconoscere e poco allarmanti: gengive arrossate e gonfie, sanguinanti e solo talvolta dolenti. Attenzione, però, a non lasciarsi vincere dalla tentazione di chiudere un'occhio: basta poco, infatti, perché la situazione peggiori. E perché la gengivite si trasformi in parodontopatia, una patologia dei tessuti di sostegno dei denti che può provocare addirittura la perdita della dentatura.

Chi colpisce. «A causare la gengivite è un eccessivo proliferare dei batteri presenti nel cavo orale» spiega Gianfranco Aiello, presidente nazionale dell'Ac-



GRAZIA NERI

cademia di estetica dentale. «Un fenomeno che capita quando, dopo i pasti, non si lavano i denti o si puliscono in modo scorretto. I microrganismi creano, così, vere e proprie colonie sulla superficie del dente e nel solco gengivale: è la placca batterica». Il fenomeno avviene con una velocità sorprendente:

quattro ore dopo un pasto, se non si è usato bene lo spazzolino, i batteri hanno già colonizzato alcune zone del cavo orale e provocato una prima reazione infiammatoria. Basta, allora, trascurare l'igiene ancora per qualche ora per scatenare la gengivite vera e propria. Con arrossamenti e bruciori. «Il problema colpisce più facilmente i fumatori, perché il tabacco irrita le gengive e le rende più disponibili all'attacco dei batteri» dice Aiello. «Lo stesso accade a chi respira a bocca aperta, perché la mucosa si disidrata e fa soffrire i tessuti gengivali. Infine, è più frequente in chi ha i denti male allineati o porta protesi: sono fattori che rendono più difficile la pulizia». Esistono, infine, gengiviti causate anche da altre situazioni: disfunzioni endocrine, problemi nel metabolismo, alcuni tipi di farmaci. Ma la loro incidenza è molto ridotta.

Quali terapie. Contro la gengivite, il rimedio migliore è l'igiene orale. Che serve a eliminare rapidamente i rossori e le infiammazioni, ma soprattutto a prevenirli. «Per risolvere la situazione, nella grande maggioranza dei casi basta lavare i denti regolarmente almeno due volte al giorno: dopo

la prima colazione e la sera». Aiello, se possibile, anche dopo il pranzo». Lo spazzolino, infatti, se usato correttamente, elimina i batteri e i residui alimentari che favoriscono la proliferazione dei batteri. Per usarlo correttamente bisogna muoverlo verticalmente, partendo sempre dalle gengive e andare verso i denti e mai il senso opposto. Si parte dall'arcata superiore, e poi si ripete l'operazione per l'arcata inferiore. «E, oltre al filo interdentario, aggiunge Aiello, «è il filo che permette di pulire gli spazi tra i denti. È stato introdotto tra il dente e l'altro e fatto scivolare con movimento oscillatorio». Ogni sei mesi, comunque, è opportuno sottoporsi a una visita di controllo. Se è necessario, infatti, lo specialista può muovere la placca batterica con una pulizia profonda.

Monica Tizzi

LO SPAZZOLINO GIUSTO

Ecco l'identikit dello spazzolino da denti ideale

- La testina deve avere gli angoli smussati
- Le dimensioni devono essere ridotte, per poter raggiungere facilmente le superfici di tutti i denti, compresi i molari più lontani.
- Le setole devono essere di nylon, con una durezza media, per non causare inutilmente dolore alle gengive.
- Lo spazzolino, infine, va cambiato ogni due o tre settimane: si evita, così, che diventino pericolosi i batteri che si accumulano tra le setole.
- La scelta del filo interdentale è, invece, molto più semplice: sono preferire i tipi non ricoperti di cera.



Il dottor GIANFRANCO AIELLO, presidente dell'Accademia italiana di estetica dentale, si occupa di odontoiatria

Gianfranco Aiello risponde al telefono MARTEDI 20 febbraio dalle 16 alle 18 tel. 02/70300252