

Lire 35
in Italia E

9 GIUGNO 1999 - Anno
Settimanale fe
di moda, c
cronaca e sp

DONNA MODERNA

IL MESE DELLA PREVENZIONE

Un sorriso smagliante

Ci sono nuove tecniche per avere una bocca perfetta a ogni età. Tutte le soluzioni degli specialisti

Una bocca sempre perfetta? Oggi si può. Nello studio del dentista ci sono moltissime novità, che danno davvero la certezza di poter ottenere, a qualsiasi età, un sorriso senza problemi. «Oggi lo specialista conosce esat-

tamente il modo migliore di intervenire, in ogni situazione. E ha gli strumenti adatti per farlo», spiega Gianfranco Aiello, presidente dell'Accademia italiana di estetica dentale e odontoiatra del Centro Resnati dell'Ospe-

dale San Raffaele di Milano. «Per i più giovani possiamo fare moltissimo quanto a prevenzione. Per avere denti bianchi e rinforzare lo smalto ci sono le pillole e i cerotti al fluoro. Per evitare accavallamenti, gli ultimi, leggerissimi apparecchi ortodontici. E per prevenire la carie c'è un trattamento speciale, la sigillatura. Per gli adulti, invece, abbiamo a disposizio-

ne molte nuove tecniche: metodi di ricostruzione estremamente raffinati, per restauri invisibili. Oltre alle nuove "macchinette" invisibili, che raddrizzano la dentatura». Problema per problema, ecco tutti i consigli e le soluzioni suggeriti dagli specialisti.



Smalto ingiallito

Come si evita

Volete che i vostri figli abbiano denti sani, con smalto bianco, forte e resistente alla carie? Date loro ogni giorno, dalla nascita fino ai quattro anni, una piccolissima dose di fluoro. «Lo raccomanda anche l'Organizzazione mondiale della sanità. E secondo gli ultimi studi è un'abitudine che non dà problemi», dice Gianfranco Aiello. «L'unica precauzione è evitare il "fai da te": le dosi devono essere decise dal medico. Quantità eccessive possono danneggiare lo smalto e far comparire macchie scure». Il pericolo di esagera-

re è reale soprattutto se si prende il fluoro nel modo più comune: sotto forma di piccole compresse. Ma oggi c'è un metodo più moderno per somministrare questa preziosa sostanza: un dischetto, fissato a un dente con un particolare adesivo, che rilascia la sostanza per sei mesi. Si applica dal dentista e poi si dimentica. Fino al controllo successivo. «Attenzione anche a non danneggiare lo smalto», dice Aiello. «Tra i due e i quattro anni, bisognerebbe evitare gli antibiotici che contengono tetracicl-



THE IMAGE BANK

ne. Questi farmaci, infatti, fanno ingrigire i denti».

Come si cura

E se i denti sono già ingialliti? Da adulti si può ricorrere allo sbiancamento. Che oggi si può fare anche a casa, con ottimi risultati. «Il trattamento è a base di perossido di carbammide, una sostanza chimica che elimina le macchie senza danneggiare il dente», spiega Aiello. La sostanza, un gel trasparente, va versata in una morbida vaschetta "copridenti" in materiale plastico, preparata su misura dal dentista. La forma va applicata sui denti ogni notte per una o due settimane: già dopo la prima applicazione si notano dei miglioramenti. Il trattamento non ha nessuna controindicazione, non è nocivo o tossico e può essere effettuato da tutti.

Denti storti

Come si evitano

Una dentatura perfettamente regolare è molto rara. E per questo che, a sette, otto anni, subito dopo la comparsa dei denti permanenti, è necessario prenotare per il proprio figlio una visita da uno specialista in ortodonzia. «Se ci sono problemi, infatti, si deve intervenire proprio a quest'età, con un trattamento ortodontico: il cosiddetto "apparecchio"», spiega Marino Musilli, specialista in ortognatodonzia e membro dell'Accademia italiana di estetica dentale. Un primissimo controllo della dentatura del proprio bimbo si può fare, però, anche da soli, dopo la comparsa dei denti permanenti. E sufficiente sollevargli le labbra, guardare come combaciano i denti e come chiude la bocca. «La situazione è perfetta se l'arcata superiore è spostata in avanti, rispetto a quella inferiore, di poco più di un millimetro», spiega Musilli. «Bisogna, poi, controllare se i denti sono allineati: quelli superiori devono essere sempre perfettamente in linea con quelli inferiori».

Come si curano

Molte persone credono che l'apparecchio risolve

solo i problemi dei piccoli: ma non è così. Oggi può essere la soluzione anche per gli adulti con i denti storti, o accavallati. «Gli ultimi apparecchi ortodontici si possono applicare a ogni età e garantiscono ottimi risultati», spiega Musilli. «L'unica condizione perché il trattamento riesca è che ossa e gengive siano in buono stato di salute». Le "macchinette" più moderne sono invisibili perché sono agganciate alla superficie interna dei denti. E non danno mai troppo fastidio: la sola seccatura è quella delle regolazioni, di cui l'apparecchio ha bisogno per adattarsi agli spostamenti dei denti. Per effettuare il dentista di solito fissa un appuntamento ogni tre, quattro settimane. Bisogna, poi, curare molto l'igiene orale. Per la pulizia si usano speciali spazzolini da denti (che sono forniti al paziente direttamente dallo specialista) per eliminare i residui di cibo che restano tra i denti e l'apparecchio. Ed evitare infiammazioni alle gengive e carie. La durata della terapia è variabile, ma di solito i risultati non si fanno attendere: in meno di due anni si ottiene sempre un miglioramento notevole.



Gli esperti al telefono

Chiamate lo 089221714 il lunedì, martedì e mercoledì, dalle 17 alle 19 dal 3 al 30 giugno. Questo è il mese che *Donna Moderna* dedica alla prevenzione dei problemi dei denti e delle gengive, in collaborazione con l'Accademia italiana di estetica dentale. Al telefono risponderanno specialisti pronti a dare informazioni sulle nuove tecniche che permettono di avere una bocca perfetta. E, in generale, sulle precauzioni e i controlli indispensabili. Gli esperti, in particolare, raccomandano di andare dal dentista ogni volta che si ha una strana sensibilità al caldo e al freddo. E, magari, anche a cibi e bevande dolci: sono i sintomi di una carie in fase iniziale. Lo stesso si deve fare quando si avverte un dolore gengivale accanto all'ultimo molare e si nota un gonfiore della zona: è il dente del giudizio.

Pericolo carie

Come si evita

Siete a rischio carie? Oggi, per capirlo, durante la prima visita il dentista vi sottopone a due semplici test. «Il primo è la conta dei batteri presenti nella saliva: serve a determinare la concentrazione di *Streptococcus mutans*, il microorganismo che è il principale responsabile della carie» spiega Aiello. Il secondo è la flussometria salivare: cioè la misurazione della quantità di saliva prodotta e del suo pH. Se è scarsa ed è poco acida, infatti, il rischio di carie aumenta. In base ai risultati di questi test, il dentista stabilisce la frequenza delle visite di controllo: ogni anno, ogni sei mesi o, addirittura, ogni tre. Ma per i bambini oggi c'è una tecnica in più: è

una specie di "corazza" che protegge dall'attacco dei batteri. «Man mano che spuntano i denti permanenti, si può effettuare la sigillatura dei solchi» spiega il dottor Aiello. «Sono gli avvallamenti che si vedono sulla superficie superiore dei molari, le zone più delicate. Su



PIRELLA GÖTTSCHE

queste si applica una vernice trasparente, innocua, che resiste per anni ed evita la carie».

Come si cura

E per le cure? Oggi non si usa più l'amalgama, il composto grigiastro di argento e mercurio. «Possiamo ricostruire perfetta-

mente il dente usando materiali più resistenti: i compositi» dice Aiello. «Sono sostanze a base di resine e di quarzi assolutamente identiche al tessuto dentale. Con questi materiali si fa tutto: otturazioni invisibili, ma anche interi denti identici a quelli vicini».

Se la mandibola è rumorosa

Le vostre mandibole "scricchiolano" mentre masticate? Niente paura: è un disturbo comune. E innocuo. Ne soffrono sei adulti su dieci, soprattutto donne: muscoli, legamenti e cartilagini della mandibola sono poco resistenti e fanno rumore. «Nel 90 per cento dei casi non serve alcuna cura» spiega Marino Musilli, specialista in ortognatodonzia a Salerno e membro dell'Accademia italiana di estetica dentale. «Bisogna, però, parlarne con il dentista: il problema, infatti, può peggiorare e, a volte, diventa difficile anche aprire e chiudere la bocca». In questi casi si deve applicare, di notte, un apparecchio per i denti che si toglie di giorno. E fare massaggi nella zona della mascella. Così si rilassa la muscolatura della bocca e si torna a masticare bene.

Capsule vecchie

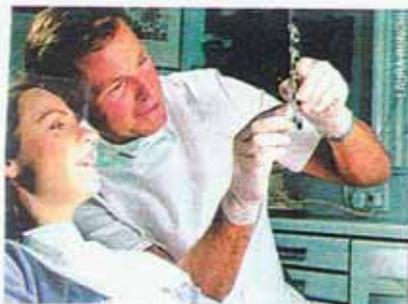
Come si evitano

Pochi lo sanno ma le capsule (che gli specialisti chiamano "corone") causano molto spesso problemi. Per evitare infiammazioni o carie, tenetele sotto controllo: se nella zona in cui c'è il dente ricoperto la gengiva si è un po' ritirata, chiamate il vostro dentista per un appuntamento. E fate lo stesso se, durante la pulizia con il filo interdentale, quest'ultimo non scorre bene. O se, con la lingua, notate un piccolo "gradino" tra dente e gengiva. Significa che sul bordo inferiore della capsula si è creata una fessura, nella quale la placca batterica si sviluppa liberamente. A volte può essere necessario sostituire la corona per

ragioni estetiche. È facile accorgersene anche da soli: il colore è cambiato. «Ma attenzione: anche chi non ha problemi dovrebbe far esaminare ogni anno le capsule» spiega Riccardo Ciancaglini, ordinario di gnatologia clinica e protesica dentaria all'Università Statale di Milano. «Anche perché, di solito, i denti incapsulati sono stati prima devitalizzati, cioè è stata loro tolta la sensibilità. E una carie si può sviluppare sotto il rivestimento senza provocare dolore».

Come si curano

«Se ci sono problemi, l'unica soluzione è la sostituzione» spiega Ciancaglini. «Le "riparazioni", in questo campo, non si dovrebbero davvero fare. Un dentista attento, quindi, ripete tutti i passaggi: prende di nuovo l'impronta del dente da ricoprire, ne prepara uno provvisorio e dopo qualche giorno applica la nuova corona».



CAMPARIS

Piorrea

Come si evita

«Attenzione a questi sintomi: le gengive sanguinano durante la pulizia con lo spazzolino, sono arrossate e gonfie, fanno male» avverte il dottor Riccardo Ciancaglini. «In tutti i casi c'è un'infiammazione: e correte il rischio di ammalarvi di parodontopatia, una malattia che è più comunemente conosciuta come piorrea». Si tratta di una grave infiammazione delle gengive: i tessuti si ritirano, l'osso sottostante

viene danneggiato e i denti possono cadere. A provocarla sono i batteri della bocca, che si moltiplicano troppo se l'igiene non è perfetta. «Per prevenirla dovete essere sempre scrupolosi con spazzolino e filo interdentale» dice il medico. E, se l'infiammazione è già presente, chiedete consiglio al vostro dentista: di solito per guarire basta un'accurata seduta di igiene dentale, che rimuove il tartaro e la placca batterica.

Come si cura

Se viene trascurata troppo a lungo la malattia provoca vere e proprie lesioni dell'osso. In questo caso si deve intervenire chirurgicamente, sollevando le gengive per eliminare le parti malate. «Oggi possiamo intervenire con la microchirurgia parodontale», aggiunge Ciancaglini. «È una tecnica nuovissima, che utilizza strumenti miniaturizzati e una microtelecamera». I risultati sono eccellenti: la pulizia del tessuto malato è praticamente perfetta. Non è più necessario aprire tutte le gengive, ma basta un taglio di piccole dimensioni. Così il dolore è ridotto, non ci sono gonfiore e la guarigione è rapida.