



ACCEDI ▾ REGISTRATI

LE PREVISIONI



SEGUI IL TUO OROSCOPO



Ariete



Salute . Medicina . Estate, dai dentisti le 8 regole per curare i sorrisi dei piccoli vacanzieri

Cerca nel sito



MEDICINA

Commenti 0 1 0 0

Estate, dai dentisti le 8 regole per curare i sorrisi dei piccoli vacanzieri

[Tweet](#)


Articolo pubblicato il: 22/07/2014

(Adnkronos Salute) - Gelati, succhi di frutta, snack. L'estate rischia di diventare un incubo per i dentini dei più piccoli, con un consumo maggiore di cibi fuori pasto e il conseguente rischio d'insorgenza della carie e di altri problemi del cavo orale. E per non abbassare la guardia sulla cura dei denti dei bimbi anche durante le vacanze, i dentisti dell'Istituto stomatologico italiano (www.isimilano.eu) hanno creato un piccolo vademecum con 8 semplici

suggerimenti diretti alle mamme e ai papà.

"Molti genitori - affermano i dentisti dell'Isi - tendono a trascurare la cura e l'igiene dei denti dei propri figli non solo per ragioni economiche, ma anche perché vittime di luoghi comuni che spesso sono del tutto infondati. Primo tra tutti, che i primi dentini non vadano tutelati perché 'tanto poi cadono'. Nulla di più sbagliato. I denti da latte - continuano - sono fondamentali per il successivo sviluppo della bocca, sia per la funzione masticatoria, che per la crescita regolare della mandibola e della mascella e perché concorrono ad una corretta eruzione dei denti permanenti. Sono anche una chiave importante nello sviluppo del linguaggio e della fonazione, per questo - concludono gli esperti - è raccomandabile seguire sempre una giusta prevenzione fin dalla nascita".

E allora, ecco 8 piccoli trucchi per trascorrere un'estate serena senza togliere ai bambini i 'sorrisi' in vacanza:

1) Lavare i denti tutti i giorni. Anche se d'estate si è spesso fuori casa, è consigliabile pulirli almeno tre volte al giorno, dopo ogni pasto. In particolare, l'ultimo lavaggio prima di andare a dormire è il più importante perché durante il giorno l'azione antibatterica naturale della saliva aiuta a combattere la carie, mentre di notte i denti possono essere attaccati dai batteri con più

Video



Pochi euro e l'ispirazione di 'I love NY', diciannovenne salentino s'inventa un lavoro



La musica accende il cervello? Test al via per vedere se è vero



Fingono vacanza con i figli e trasportano 70 chili di droga



facilità. Fino ai sei anni d'età si deve utilizzare un dentifricio contenente 500 ppm di fluoro, mentre dai sei anni in poi si può utilizzare un dentifricio contenente 1000 ppm. Anche se non sono ancora spuntati i primi dentini, è opportuno pulire le gengive con una garzina almeno due volte al giorno.

2) Attenti all'alimentazione. Evitare cibi fuori pasto e non eccedere con alimenti ricchi di zuccheri, come succhi di frutta, caramelle, gelati che facilitano la formazione della placca, annullando l'azione dello spazzolino.

3) No ai biberon prima della nanna. E' importante non lasciare mai addormentare il bambino con il biberon che contiene latte, succo di frutta o tisane zuccherate perché questa abitudine è causa di carie, così come il ciuccio immerso in miele o zucchero. I genitori possono approfittare proprio del maggior tempo a disposizione da trascorrere con i propri bambini per eliminare questa cattiva abitudine.

4) Il primo dentino da latte spunta tra i quattro e gli otto mesi provocando un lieve arrossamento della gengiva che spesso è mal tollerato dal bambino che potrebbe reagire con pianto, irrequietezza e difficoltà a prendere sonno. Per alleviare il fastidio dovuto all'eruzione dei denti da latte si possono utilizzare giocattoli appositamente studiati contenenti liquido refrigerante, biscotti che favoriscono il massaggio gengivale o pomate specifiche a base di sostanze naturali, come il timo, la calendula, la malva e la camomilla. Evitare miele o altre sostanze zuccherine, che possono provocare l'insorgenza di carie.

5) E se cade un dente in vacanza? Con le corse e i giochi all'aria aperta, nel periodo estivo sono più frequenti i traumi e gli incidenti a carico dei denti. In caso di rottura di un grosso frammento o addirittura di perdita di un dente permanente, è necessario recarsi tempestivamente dal dentista, per poter intervenire nel più breve arco di tempo possibile. Anche in caso di rottura di un dente da latte, è bene effettuare una visita, perché prima che il corrispettivo dente permanente sia cresciuto, potrebbe essere necessario l'uso di un mantenitore di spazio.

6) Se un dente si caria, subito dal dentista! Nonostante le attenzioni e i gesti di prevenzione, i denti del vostro bambino si sono cariati. Che fare? Sia che si tratti di denti permanenti che di denti da latte, è importante intervenire rapidamente per evitare la degenerazione del processo carioso, con conseguenze dannose per la salute della bocca.

7) Come alleviare il fastidio di un dente cariato in attesa dell'intervento del dentista? Bisogna tenere la zona interessata il più pulita possibile; se la lesione si trova tra due denti, come spesso accade, è necessario cercare di pulire anche con il filo interdentale. Se il dolore è particolarmente intenso, si può dare al bambino un antidolorifico come il paracetamolo, chiedendo al pediatra il giusto dosaggio.

8) Mete esotiche? Controllo prima della partenza Prima di partire per le vacanze, soprattutto se si tratta di mete esotiche o verso paesi con scarse condizioni igieniche, è raccomandabile effettuare una visita medica dal proprio dentista di fiducia. Per i bambini che portano apparecchi ortodontici è buona norma accertare che i dispositivi siano in buono stato e non necessitino di manutenzione.

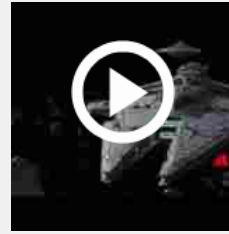
[Tweet](#)

TAG: [dentista](#), [estate](#), [carie](#), [bambini](#), [pediatria](#), [Istituto stomatologico italiano](#)

Commenti

Per scrivere un commento è necessario registrarsi ed accedere: [ACCEDI](#) oppure [REGISTRATI](#)

De Blasio e Kyenge uniti
contro le discriminazioni



'Star Wars', la saga riparte
da una spada laser



Lo smartphone cinese 3d



La più dettagliata mappa di
Marte mai realizzata



Arriva Bistro, controlla il
gatto come mangia e beve



Sempre meno frutta e
verdura sulla tavola degli
italiani

TEMI CALDI DELLA GIORNATA

ISRAELE-GAZA