

martedì 22 luglio 2014

[Mobile](#) [Accedi](#) [Registrati](#) [Newsletter](#) [Aggiungi ai Preferiti](#) [RSS](#)

[Prima Pagina](#)

24 Ore

[Appuntamenti](#)

[Servizi](#)

[Rubriche](#)

[Video](#)

[Vita dei Comuni](#)

[OlbiaNotizie](#)

[News](#)

[Lavoro](#)

[Salute](#)

[Sostenibilità](#)

SALUTE

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

I consigli degli esperti [dell'Istituto stomatologico italiano](#) ai genitori

22/07/2014 14:37

[Tweet](#)

[Stampa](#) [Riduci](#) [Aumenta](#)

[Condividi](#)



Roma, 22 lug. (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 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 mantentore 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 necessitano di manutenzione.

In primo piano Più lette della settimana

Sassari: anche a luglio e agosto gli uffici postali della città saranno aperti per il pubblico

Sassari. Multiss: continua la protesta. Chieste le dimissioni ad Alessandra Giudici

Ittiri Folk Festa: martedì si chiude a Nuoro

Rifiuti. Segnalazione sulla situazione all'ecocentro del Comune di Sennori

Sassari. Accordo fra Asl e Federfarma

La Fit-Cisl "Regole certe sugli appalti. Anche sulla Multiss ad Alghero"

Modifiche alla viabilità per "Stragiocando a San Donato

Cerco un Patto di stabilità permanente. Reazioni e commenti

Sassari come una piccola Cinecittà grazie a videomaker e band locali

Multiss, dura la Giudici: "La Regione intervenga subito"

Violenza domestica, a Ossi e Uri intervengono i Carabinieri

Sassari. Arrestati in tre per l'aggressione e il pestaggio di Giuseppe Mura

Sassari: arrestata 18enne per tentato furto aggravato ed evasione

Sassari. Incendio nella notte al "Brico lo"

La zanzara tigre ruggirà in Sardegna a fine luglio

Modifiche alla viabilità per "La notte bianca"

Ruba un paio di sandali, 31enne in manette

Sassari come una piccola Cinecittà grazie a videomaker e band locali

Aggredisce e minaccia la moglie: arrestato 40enne a Porto Torres

Estate insolita, ma arriva Caronte: temperature in risalita fino a 40 gradi

PUBBLICITÀ



Prenotazione Hotel
Room And Breakfast è un motore di comparazione hotel nato a Sassari. Scopri gli hotel in offerta in tutto il mondo.



Autonoleggio Low Cost
Trova con noi il miglior prezzo per il tuo noleggio auto economico. Oltre 6.500 uffici in 143 paesi in tutto il mondo!



Noleggio lungo termine
Le migliori offerte per il noleggio lungo termine, per aziende e professionisti. Auto, veicoli commerciali e veicoli ecologici.



come-nuova.it
Cerca un'auto usata? Clikka qui!