Bakeca.it
annunci gratuiti on line
offerte di lavoro, cerco auto, affitto stanza
Cerca!

Articoli correlati

- Salute: Andi, sorriso ancora trascurato, 10 consig...
- La carie nella prima infanzia
- Pediatria: +15% carie bimbi negli ultimi 5 anni, d...
- Igiene della bocca: pulizia, sigillatura dei molar...
- Eccesso di zuccheri e carie dei denti da latte

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

Salute adnkronos

indoona | Consiglia 0 | Tweet 0 | g+1 0 | Commenta | Invia

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 mantenitore di spazio. 6) Se un dente si caria, subito dal dentista! Nonostante le

Disturbi del sonno: divertimento e colpi di scena nel nuovo viral di Nathura
La notte si sa, è meglio dormire: anche perché di notte, a volte, succedono cose che sarebbe meglio non vedere.

La Bellezza A Portata Di Mano

La selezione dei migliori profumi e cosmetici ti aspetta
Vedi

In palio per te 5000 Adventure Kit
Accetta la sfida!

by pagineGialle
Cerca le aziende e servizi della tua città
Sei a: Roma
Cerca: Centro estetico
Trova

Codice abbonamento: 123558

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.