

7 Quando la prima visita dal dentista?

Ovviamente devono essere presenti “un po’ di denti”... Le linee guida consigliano di fare un primo “incontro di conoscenza” fra bambino e dentista, intorno al diciottesimo mese di vita. Presentare al bambino il “dottore dei denti”, soprattutto se per un controllo e non per un problema, gli consentirà di avere un rapporto positivo con lui e di vivere i futuri incontri (che siano per controlli o per una terapia) senza provare ansia.

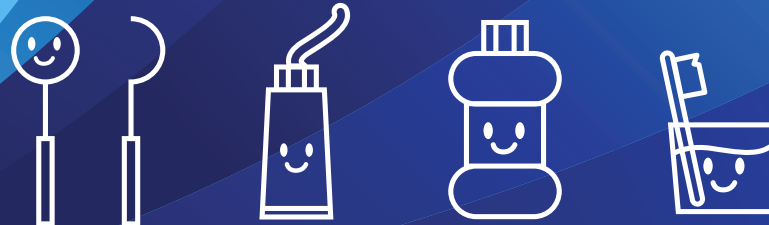
8 Come preparare il bambino alla prima visita dal dentista?

È importante parlarne con lui senza dare eccessiva importanza a questo evento, così come si va dal pediatra si dovrebbe andare dal dentista. Ci sono alcune cose giuste da dire e, soprattutto, alcune cose **DA NON DIRE!** Un invito a visitare il mio sito dove c'è il video “Chi cura un bambino cura tutta la famiglia” che da delle indicazioni chiare e dettagliate su questo tema.

9 A che età togliere il ciuccio?

Non esiste una età precisa, certo sarebbe bene perdere questo vizio prima possibile, ma attenzione a che non venga sostituito dal pollice (più difficile da “far sparire”...). In certi casi il ciuccio è una necessità per il bimbo, dovuta a una mal posizione dei denti (spesso causata da problemi di respirazione). Sotto consiglio del dentista pediatrico è possibile arrivare a eliminare il “ciuccio” passando attraverso diversi modelli dall’istmo sempre più sottile che aiutino il bambino a riportare spontaneamente i denti in una posizione più corretta.

PREVENZIONI
da 0 A 3 ANNI



1 NEL PANCIONE ■ ■

Qui è molto importante la prevenzione e la cura della bocca e dei denti della mamma. Si sa infatti che il primo contagio e passaggio di batteri cariogeni avviene proprio dalla mamma verso il bambino. Non ci sono controindicazioni alle cure odontoiatriche in gravidanza ed è assolutamente da sfatare il detto “ogni figlio un dente” delle nostre nonne.

2 FLUOROPROFILASSI ■ ■ ■ ■

Il Fluoro è un elemento capace di alterare fino ad inibire i meccanismi di adesione della placca al dente svolgendo un'azione batteriostatica diretta inoltre si lega allo smalto formando un minerale (fluoro apatite) maggiormente resistente agli attacchi batterici. Si stima che la quantità di fluoro che il nostro organismo acquisisce attraverso gli alimenti non superi il 40% del fabbisogno pertanto è necessario durante la crescita l'uso di dentifricio che contenga fluoro in 1000 ppm. L'indicazione è quella di mettere sullo spazzolino asciutto un quantitativo equivalente ad un chicco di riso fino all'età di 3 anni e poi come un pisello fino all'età di 6 anni. L'assunzione di fluoro per via sistemica (gocce o compresse nella seguente dose: 0.25 mg al giorno da 0 a 2 anni, 0.5 mg da 2 a 4 anni, poi 1 mg al giorno) va definita in accordo con pediatra e odontoiatra tenendo conto dei dati anamnestici raccolti, del tipo di dieta e dal contenuto di fluoro dell'acqua potabile nella zona dove si risiede. La fluorosi, ovvero il sovradosaggio di fluoro, può infatti determinare importanti alterazioni dello smalto dei denti generando discromie o anomalie di superfici.

3 Alimentazione ■ ■ ■ ■ ■ ■

Sicuramente è importante evitare di acquisire abitudini scorrette (“devastante” quella di dare il “ciuccio pucciato nello zucchero o nel miele”). Importante anche somministrare il numero di pasti necessari al bambino ma non alimentarlo continuamente, soprattutto da quando spunteranno i primi dentini. Il nostro organismo ha la capacità, attraverso la saliva, di contrastare 5

attacchi acidi (quelli che si verificano dopo aver assunto qualunque alimento diverso dall'acqua) al giorno. Al di sopra di questo numero la formazione di carie diviene più probabile.

4 Che cibi evitare? ■ ■ ■ ■

Non esistono cibi “assolutamente controindicati” o altri “assolutamente consigliati”, dipende dalle dosi ma, ancora di più, dalla frequenza con cui vengono assunti. Sicuramente abituarsi a bere bibite zuccherate al posto dell'acqua (quindi anche più volte al giorno) espone il bambino ad ulteriori attacchi acidi che favoriscono la carie (oltre a non essere una abitudine sana dal punto di vista nutrizionale ...). Anche i cibi molto appiccicosi (quindi più difficili da staccare “naturalmente” con l'azione di lingua e saliva) sono più cariogeni.

5 Quando iniziare a lavare i dentini? ■ ■ ■ ■

Il consiglio è di iniziare non appena spuntano, facendolo entrare nella routine quotidiana (anche attraverso l'esempio dei genitori...). Chiaro che si inizierà passando semplicemente lo spazzolino sui dentini poi, quando il bambino imparerà a “sciacquarsi e sputare”, si introdurrà il primo dentifricio per bambini.

6 Quando si inizia a lavarsi i denti “da soli”? ■ ■ ■ ■

Il movimento corretto dello spazzolamento non è semplicissimo, occorre una certa manualità, corrispondente a quando il bambino sa scrivere bene in corsivo. Tra la seconda e la terza elementare il bambino potrà essere in grado di fare tutto da solo. È comunque importante che “ci provi” fin da piccolissimo ma, alla fine, un “grande” dovrà aiutarlo a completare bene “il lavoro”. Dai tre anni potrà essere introdotto un dentifricio con contenuto di fluoro 1000ppm per rinforzare lo smalto.