



A tu per tu col dentista

Un sorriso controllato

La prima visita permette di verificare che i dentini da latte stiano spuntando e crescendo bene e di avviare una corretta prevenzione

di Giada Salonia

Codini, frangetta e un'espressione più che eloquente. Emma ha solo 18 mesi, ma sa il fatto suo: non è tipo da dare facile confidenza, prima ti osserva, poi decide. Ad accoglierla in sala d'attesa c'è **Cristina Dall'Agnola**, odontoiatra a Milano competente in odon-

toiatria pediatrica, che sa bene come trattare con i bimbi, avvicinandoli con delicatezza. Per Emma sceglie un libro speciale, lo sfoglia con lei e, poco dopo, la piccola si mostra a suo agio, regalando i primi, timidi sorrisi. Emma ha già tanti bei dentini, ma la mamma è **un po' preoccupata dalla distanza tra**



i due incisivi superiori. Per questo, ha deciso di anticipare la prima visita. “In realtà, oggi, si consiglia di fare un controllo già a 1 anno di vita o, comunque, entro i 6 mesi dalla comparsa del primo dentino”, sottolinea l'esperta. “Questo indipendentemente da eventuali problemi. **Lo scopo è mettere in atto una strategia di prevenzione** e aiutare il bambino a familiarizzare con il dentista e l'ambiente odontoiatrico”.

E, ORA, IN POLTRONA!

Cristina Dall'Agnola invita Carla ed Emma ad accomodarsi nel suo studio. Vuole dare una prima occhiata alla bocca della bimba. Le raggiunge anche Silvia Rapa, odontoiatra specializzata in ortognatodonzia, che affiancherà Cristina Dall'Agnola per valutare il posizionamento dei dentini. Spiegano a Emma che la poltrona è un po' magica e la piccola vuole verificarlo di persona. Le dottoresse si muovono con dolcezza, ma rapidamente

L'odontoiatra mostra a Carla e a Emma la **tecnica corretta di spazzolamento**, aiutandosi con uno spazzolino e, come modello, due grandi arcate dentali che piacciono molto alla bimba. Lo spazzolino va mosso in verticale, dall'alto verso il basso e viceversa, cioè dalla gengiva al dentino, sia sulla parte esterna sia su quella interna. Poi, occorre pulire la superficie masticatoria di molari e premolari spazzolando orizzontalmente, con lo spazzolino perpendicolare ai denti

perché sanno che alla sua età la pazienza è limitata. **Tutto sembra andare per il meglio: buono lo stato di salute di mucose e gengive, corretta l'eruzione dei dentini.** Cristina Dall'Agnola muove il labbro superiore di Emma e verifica la struttura del frenulo: “È una mucosa che nell'adulto collega il labbro superiore alla gengiva. Durante la vita embrionale, invece, è una larga banda che dal labbro superiore si inserisce sul palato. La continuità tra frenulo e palato rimane fino



Durante la visita, è importante valutare il posizionamento dei dentini. L'odontoiatra Silvia Rapa spiega che nei piccoli accade di frequente che i denti da latte siano un po' distanziati tra loro



IL CALENDARIO DELLE VISITE

Nel primo controllo, si osserva la salute delle mucose orali e delle gengive; si verifica lo stato dell'eruzione dei denti da latte, monitorandone la corretta cronologia di uscita, e si osservano i frenuli. In genere, questa valutazione viene fatta alla nascita perché un frenulo linguale corto può trattenere la lingua impedendo un adeguato allattamento al seno e, nel tempo, può innescare deficit di pronuncia.

**TRA I 6
E I 36 MESI**

Si controlla che siano usciti tutti i denti da latte e se ne verifica la salute, si accerta la mobilità del frenulo labiale superiore e si cercano di intercettare abitudini viziate da indirizzare, come la persistenza della suzione del dito o del ciuccio, la deglutizione atipica e l'igiene alimentare.

**TRA I 3
E I 6 ANNI**

Si verificano la salute dei denti, la loro modalità di combaciamento e che la permuta sia iniziata e prosegua bene. A 6 anni, se è necessario, si può fare la prima panoramica delle arcate dentarie.

**TRA I 6
E I 12 ANNI**

all'eruzione dei denti centrali da latte, poi inizia un graduale processo di migrazione”. “Se ciò non avviene, cioè se persiste la continuità tra frenulo e palato, il suo ingombro può determinare alterazioni estetiche, il diastema, cioè uno spazio evidente tra gli incisivi superiori, e parodontali”, aggiunge Silvia Rapa. “La sua presenza altera la struttura

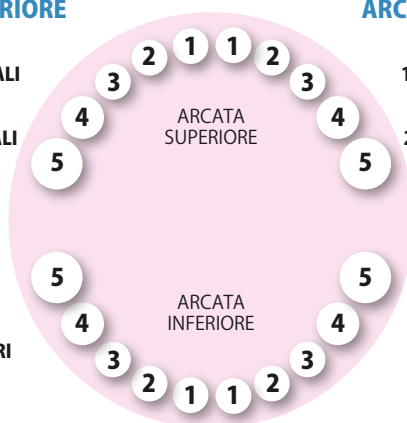


Al primo controllo, occorre creare un ambiente sereno: le future visite diventeranno un'esperienza di routine, senza tensioni legate alla paura del dolore o della figura del dentista

QUANDO SPUNTANO I DENTINI DA LATTE?

ARCATA SUPERIORE

- 1 INCISIVI CENTRALI
5°- 7° MESE
- 2 INCISIVI LATERALI
ENTRO IL 1° ANNO
- 3 CANINI
18°- 24° MESE
- 4 PRIMI MOLARI DECIDUI
12°- 18° MESE
- 5 SECONDI MOLARI DECIDUI
24°- 30° MESE



ARCATA INFERIORE

- 1 INCISIVI CENTRALI
3°- 6° MESE
- 2 INCISIVI LATERALI
ENTRO IL 1° ANNO
- 3 CANINI
18°- 24° MESE
- 4 PRIMI MOLARI DECIDUI
12°- 18° MESE
- 5 SECONDI MOLARI DECIDUI
24°- 30° MESE

La cronologia dei denti decidui, che sono 20, può subire anche notevoli sfasamenti, con l'eruzione del primo dentino addirittura a un anno d'età. Questa eventualità non comporta in genere problemi specifici se non l'esigenza di un monitoraggio dell'evoluzione

del parodonto, il complesso di tessuti che sostengono i denti, indebolendoli". La soluzione? Una frenulectomia chirurgica, meglio dopo la caduta degli incisivi decidui, prima che erompano i definitivi. Ma attenzione: un diastema tra i dentini decidui è fisiologico, perché sono più piccoli dei definitivi e non occupano tutto lo spazio disponibile. Non sempre, quindi, è dovuto alla presenza di

un frenulo "troppo ingombrante". Come nel caso di Emma, con la permuta pian piano lo spazio tra i due incisivi non sarà più visibile.

SE SI PRESENTANO PICCOLI DISTURBI

L'eruzione dei dentini può essere accompagnata da disturbi di lieve entità e comunque passeggeri, specie per i molaretti: la forma piatta e tagliente dei denti anteriori ne agevola l'uscita, a differenza di ciò che accade con i molari, che sono più grandi e larghi. Gengive gonfie e infiammate, salivazione abbondante, irritabilità, sonno disturbato e, in alcuni casi, febbre, diarrea e inappetenza. "Nel caso Emma dovesse mostrare questi sintomi durante l'eruzione dei molari, si potrà applicare una crema specifica ad azione calmante o massaggiare le gengive con una garza sterile imbevuta di acqua fredda", consiglia Dall'Agnola. Sempre efficaci, poi, gli appositi dentaruoli, da mordere per attenuare il fastidio. Ne esistono anche con un liquido refrigerante all'interno per sfruttare l'azione disinfiammante e leggermente anestetica del freddo. Utili anche i farmaci omeopatici, a base di alcuni tipi di erbe efficaci nel contrastare il dolore alle gengive, come camomilla, erba gatta, timo e calendula. Emma usa il ciuccio. "Per addormentarsi oppure quando qualcosa la disturba o non sta bene", racconta Carla. "Penso con preoc-

cupazione a quando dovrò toglierglielo perché in certi momenti è davvero strategico". "La maggior parte dei bimbi ricorre al ciuccio, al pollice o a entrambi durante l'infanzia e la crescita. La suzione è un riflesso istintivo", spiega Silvia Rapa. "Il mio consiglio è di abbandonare questa abitudine non oltre i 3 anni, per non correre il rischio che interferisca con l'allineamento dei dentini, con la formazione di un morso aperto anteriore, cioè denti superiori che non toccano gli inferiori, dentini superiori sporgenti o palato stretto. Alterazioni poi difficili da correggere e che, invece, possono regredire spontaneamente una volta abbandonato il ciuccio". Una curiosità: meglio il ciuccio del dito. Quando arriva il momento di sospendere la suzione, è più facile togliere l'oggetto del desiderio. Lontano dagli occhi, lontano dal cuore.

QUESTIONE DI IGIENE E DI ABITUDINI

Carla chiede ancora un consiglio: come convincere la bimba a farsi lavare i dentini senza scatenare capricci? Bisogna cercare di trasformare l'appuntamento con lo spazzolino in un gioco, lasciando scegliere a Emma colori, personaggi e disegni che più le piacciono, magari diversificando i modelli usati nei vari momenti della giornata: l'ideale sarebbe trasmettere già il messaggio che i denti vanno lavati dopo ogni pasto o, almeno, al mattino e alla sera", risponde Dall'Agnola. Quello della sera, poi, è l'appuntamento più importante: pulizia accuratissima e, poi, a letto, evitando di reintrodurre zuccheri.



"Severamente vietato dare ai bambini il biberon con la camomilla zuccherata o il latte - anche non zuccherato - o, peggio ancora, il ciuccio intinto nel miele. Durante il sonno la produzione di saliva si riduce e lo zucchero si deposita più facilmente sui denti aumentando il rischio di carie. E quella da biberon è la più aggressiva in assoluto. L'educazione alla salute dei denti passa anche attraverso un'alimentazione sana ed equilibrata: meglio non abituare i piccoli a un consumo eccessivo di dolci, caramelle e bibite zuccherate". Lavarsi i dentini con i genitori o un fratellino può essere utile: ai più piccoli piace emulare i grandi e capiscono meglio movimenti e durata dello spazzolamento. Via libera anche a canzoncine e cartoni animati ad hoc, per invogliare i bimbi a fare un bel lavoro. Un'ultima raccomandazione: i dentini con patologie vanno trattati. "Il fatto che i denti da latte 'poi cadano' non è un motivo per non otturarli se si cariano. Un buon trattamento dei denti decidui, e la loro permanenza in bocca fino alla permuta, è un ottimo punto di partenza per la futura salute orale". ■

COME PREPARARE I BIMBI ALLA PRIMA VISITA

- Quando il bimbo raggiunge un'età in cui è consapevole, si può aiutarlo a vivere con serenità questa esperienza.
- **Informalo della visita qualche giorno prima**, spiegandogli cosa farà il dentista, come sarà lo studio e perché serve questo appuntamento. Il tutto con tranquillità e un linguaggio semplice.
- **Prendi appuntamento in uno studio specializzato in odontoiatria pediatrica** e, se possibile, durante le ore mattutine, quando il bambino è più riposato.
- **Evita di dirgli di "fare il bravo" o di "non piangere"**. Queste frasi potrebbero insospettirlo o, addirittura, spaventarlo.
- **Evita di dire che non sentirà dolore**. È meglio che il bambino sia preparato all'eventualità di avere qualche fastidio. Una bugia potrebbe causare sfiducia verso il genitore e il dentista.
- **Permettigli di portare con sé il peluche del cuore**: gli darà sicurezza.

DENTINI PULITI FIN DALLA NASCITA

L'abitudine alle manovre di igiene orale inizia da lontano.

0-6 MESI

Prima della comparsa dei denti da latte, è già necessario strofinare ogni sera delicatamente le gengive con una garza sterile tiepida e umida o con appositi quantini in microfibra. Si eliminano i residui di latte e si abitua il piccolo allo spazzolino.

12-36 MESI

Il bimbo deve iniziare a prendere confidenza con lo spazzolino, ma spetta sempre ai genitori pulire i denti. Fino ai 3 anni, però, niente dentifricio: il piccolo non controlla perfettamente la deglutizione e potrebbe ingerirne troppo.

3-6 ANNI

Si inizia a responsabilizzare il bambino, lasciando che si pulisca da solo i denti con un dentifricio a basso contenuto di fluoro, sempre sotto la supervisione (e la "rifinitura") dei genitori.