

Igiene dentale

L'igiene dentale prevede piccoli ma efficaci interventi fin da piccoli. Nel caso della sindrome di Down non ci sono indicazioni particolari se non quelle adeguate per tutti i bambini.

Una corretta igiene orale è importante fin dalla prima infanzia. E' stato, infatti, ampiamente dimostrato come la presenza di una sana dentatura decidua favorisca un sano sviluppo di quella permanente; è necessario ricordare che processi cariosi non trattati possono causare danni ai denti permanenti, mentre una sana dentatura decidua permette un corretto sviluppo delle ossa mascellari, del processo di fonazione, di deglutizione, un corretto processo di eruzione. Processi cariosi a carico dei denti decidui espongono il bambino a processi infettivi per lunghi periodi e costringono spesso ad effettuare lunghe e costose cure ortodontiche dopo l'eruzione dei denti permanenti.

Nei primi anni di vita, quando compaiono i primi dentini, è importante iniziare ad usare lo spazzolino; successivamente anche il dentifricio. Tale pratica va effettuata almeno 2 volte al giorno. Non è il dentifricio lo strumento essenziale, bensì lo spazzolino che, sfregando, distacca la placca batterica.

La presenza di **placca**, che costantemente si forma sui denti, rappresenta la causa principale della carie; la placca è una pellicola bianco giallastra composta da batteri i quali combinandosi con gli zuccheri e gli amidi contenuti negli alimenti producono degli acidi in grado di danneggiare lo smalto dei denti, provocando le carie. Una corretta igiene orale, che rimuova la placca e i residui di cibo dai denti del bambino, associata ad una dieta attenta a limitare il consumo frequente di cibi con molti zuccheri, rappresenta il modo più efficace di prevenire tali danni.

Alcune abitudini possono favorire l'insorgenza di carie come per esempio l'uso eccessivo di zucchero, attraverso bevande succhiate con i biberon. Lasciare, ad esempio, che il bambino si addormenti succhiando latte o altre sostanze zuccherine, oppure lasciarlo per ore col ciuccio imbevuto di sostanze cariogene, è fortemente sconsigliato in quanto provoca spesso la formazione di carie estese.

Può essere utile eseguire la profilassi con il fluoro, qualora l'apporto non sia sufficiente. Questo dipende in particolare dalla quantità presente di questa sostanza nell'acqua di comune utilizzo per cucinare e bere. Se il contenuto di fluoro dell'acqua è superiore a F 700 µg/l (0,7 parti per milione), la supplementazione non è raccomandata. Inoltre va considerata la possibilità che i bambini ingoiano il dentifricio e che comunque questa sostanza è contenuta in molti alimenti.

In conclusione, la profilassi va valutata attentamente e su consiglio del pediatra, poiché l'eccesso di assunzione di fluoro può recare danni invece che benefici.

Per i bambini più grandi, oltre a quanto già indicato, è importante considerare alcune abitudini viziate, responsabili di malocclusioni dentarie :

1) se la respirazione è prevalentemente orale (naso chiuso per ipertrofia adenoidea, rinite ricorrente, scarsa igiene nasale) la crescita del mascellare superiore può risultare alterata e il palato ogivale; questo può associarsi a mal posizione dei denti, alterazione della postura della lingua, della mandibola e della colonna cervicale;

2) se il bambino si succhia il dito, premendo il dito all'interno della bocca, causa delle alterazioni della posizione dei denti e delle basi mascellari; inoltre anche il mordicchiarsi il labbro inferiore comporta delle alterazioni di posizione;

3) un altro fenomeno frequente nei bambini è quello della deglutizione atipica (infantile), dove il bambino, quando deglutisce, posiziona la lingua tra i denti incisivi, provocando la protusione e/o intrusione o mancata eruzione dei denti.

Nei bambini più grandi, un fattore predisponente la comparsa di carie, oltre a quelli già descritti, è l'abitudine di mangiarsi le unghie. Può provocare il trasporto nella bocca dei germi che si trovano nelle mani.

E' utile effettuare periodicamente i controlli, in particolare dopo la comparsa dei denti permanenti e qualora necessario anche in età precedenti.