

PARODONTITE. COME PREVENIRLA, QUALI RIMEDI

Che fare se la gengiva è infiammata

Gengive dolenti, arrossate e infiammate, che sanguinano quando si spazzolano i denti e in qualche caso ne lasciano uno o più di uno un po' scoperti. Succede a circa 20 milioni di italiani over 35, ma pochi si rendono conto che si tratta di sintomi da non sottovalutare: la gengivite non curata si trasforma spesso in parodontite, la sesta malattia più frequente al mondo e, nella sua forma grave, la prima causa di perdita dei denti. In Italia la parodontite grave colpisce oltre 3 milioni di persone, che spendono per la patologia e le sue conseguenze un miliardo di euro l'anno soprattutto per rimpiazzare i denti persi, tanto che il 90 per cento dei costi potrebbe essere risparmiato con una diagnosi precoce, trattamenti tempestivi e soprattutto una prevenzione adeguata. Purtroppo solo un italiano su tre ha una conoscenza corretta della parodontite e dei semplici metodi per prevenirla: il 40 per cento dei nostri connazionali crede erroneamente che sia una malattia non curabile e oltre la metà degli italiani pensa che basti lavarsi i denti dopo i pasti per non correre rischi, solo uno su tre si sottopone a visite di controllo periodiche in cui venga eseguito il test di screening per la parodontite e a sedute di igiene professionale.

Una pulizia dei denti accurata e personalizzata è la base della prevenzione, soprattutto in chi ha le gengive già un po' infiammate: lavare i denti 4-5 minuti invece dei 2 minuti standard almeno due volte al giorno, usare lo spazzolino elettrico anziché quello manuale, preferire gli scovolini interdentali al posto del classico filo e, su prescrizione del dentista, il collutorio antiplacca sono le nuove regole approvate dalle linee guida "salva denti" per evitare l'epidemia di parodontite grave che affligge il mondo occidentale.

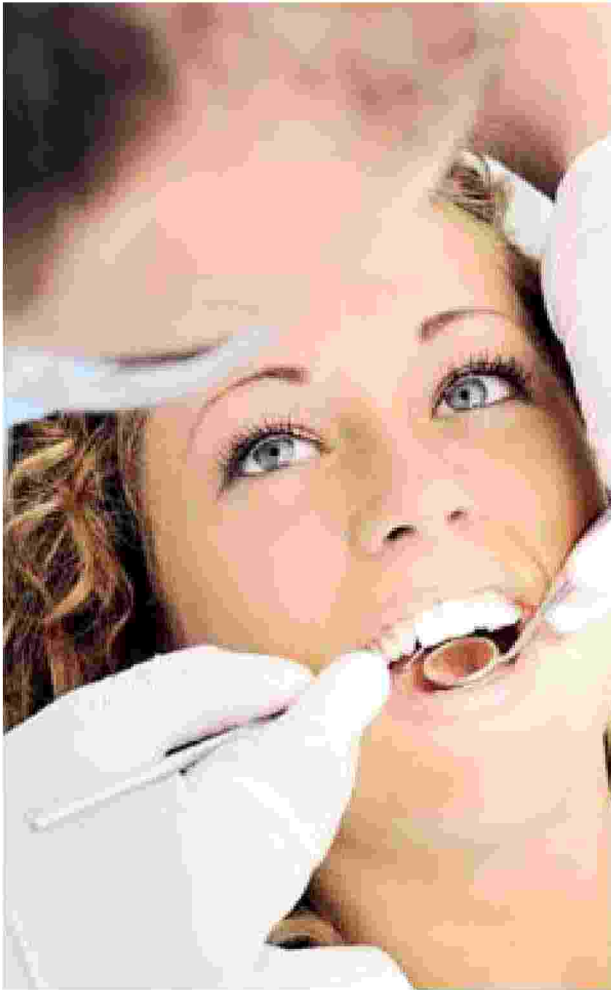
«La parodontite è un'infiammazione

profonda delle gengive provocata dai batteri presenti nella placca dentale non adeguatamente rimossa con una corretta igiene orale - spiega Maurizio Tonetti, presidente della Società Italiana di Parodontologia e Implantologia (SidP) - L'incidenza aumenta progressivamente dopo i trent'anni e purtroppo si tratta di un nemico sottovalutato dalla maggioranza della popolazione: troppi credono che avere gengive sanguinanti o che si ritirano sia normale o che non ci si possa fare granché. In alcuni casi il problema è superficiale, dovuto a metodi non ottimali per lavarsi i denti, ma per quattro italiani su dieci la diagnosi è parodontite, ovvero una situazione in cui i batteri presenti nella placca sono riusciti a entrare sotto le gengive distruggendo l'ancoraggio che mantiene il dente saldamente attaccato all'osso. Purtroppo la maggioranza si allarma solo quando sente i denti muoversi e spostarsi, così la conseguenza, se la malattia non viene trattata adeguatamente

e in tempo, è la perdita dei denti. Ciò comporta un cambiamento della dieta molto negativo, perché per alimentarsi con una dieta ricca di frutta e verdura fresca come quella mediterranea serve una buona masticazione; inoltre, proprio i vegetali ricchi di vitamina C servono per mantenere le gengive sane e devono perciò essere un caposaldo dell'alimentazione quotidiana. Chi ha perso dei denti invece tende a scegliere cibi più morbidi e favorire carboidrati, zuccheri raffinati e grassi con un impatto negativo sulla salute e sul portafoglio: costa di più sostituire un solo dente perso per una parodontite che curare l'intera bocca di un paziente intercettato in tempo». Come a dire, ma si sapeva, che prevenire è sicuramente meglio che curare!

Federico Mereta

RIPRODUZIONE RISERVATA



La gengivite non curata
si trasforma in paradontite

BIOUPPER

Progetto per i giovani per creare una startup nelle scienze della vita

Novartis Italia e Fondazione Cariplo hanno presentato presso il Ministero della Salute il progetto BioUpper (www.bioupper.com) a sostegno dei giovani talenti che vogliono creare una start up nelle scienze della vita. L'iniziativa è promossa in collaborazione con PoliHub, l'incubatore della Fondazione Politecnico di Milano, e Humanitas, gruppo ospedaliero e avanzata struttura di ricerca. BioUpper aiuterà i giovani startupper a elaborare, formalizzare e presentare progetti innovativi di prodotto o di processo nel campo delle scienze della vita. I più meritevoli verranno accompagnati in un percorso personalizzato e strutturato che consentirà loro di accedere a risorse, strutture e relazioni in un settore all'avanguardia come quello medico-scientifico. I tre migliori gruppi di lavoro riceveranno inoltre un contributo economico per sviluppare ulteriormente i loro piani. (fe.me.)

RIPRODUZIONE RISERVATA

