

PREVENIRE LA CARIE COL COMPORTAMENTO

La carie dentale, o più semplicemente "Carie" è una **MALATTIA** che conduce alla lenta e progressiva **DISTRUZIONE** dei denti. E' la malattia **PIÙ DIFFUSA AL MONDO** ed è causa di fastidi, dolori ed esborsi economici.

La carie è dovuta all'azione di particolari tipi di batteri, i quali rimanendo attaccati alle superfici dei denti sono in grado, tramite la produzione di acidi, di scalfire i durissimi materiali che li costituiscono (smalto e dentina).

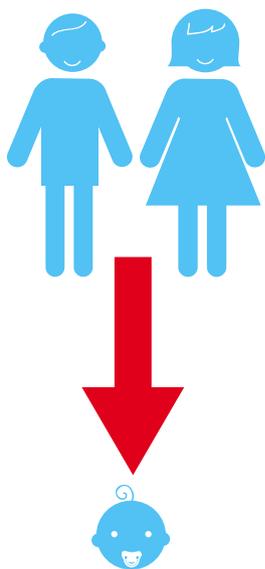
Come arrivano questi batteri nella bocca?

I batteri della carie **NON NASCONO** nella bocca degli esseri umani, ma **VENGONO TRASMESSI** da un'altra persona.

Tale trasmissione è particolarmente efficace se avviene entro i primi anni di età del bambino, vale a dire che i batteri della carie riusciranno più probabilmente a danneggiare i denti quanto più precocemente riusciranno a stabilirsi nella bocca dei nostri bambini.

È stato dimostrato che i bambini infettati da questi batteri attorno ai 2 anni di età, si ammaleranno di carie dentale nel 90% dei casi, se invece i batteri arriveranno nelle bocche dei bimbi dopo i 4 anni di età, la malattia si svilupperà nel 25% dei casi.

È quindi molto importante impegnarsi a ritardare il più possibile questa infezione!



COME EVITARE LA TRASMISSIONE BATTERICA?

I batteri sono trasmessi quindi da altre persone che, involontariamente, fanno entrare in contatto la propria saliva con quella dei bambini.

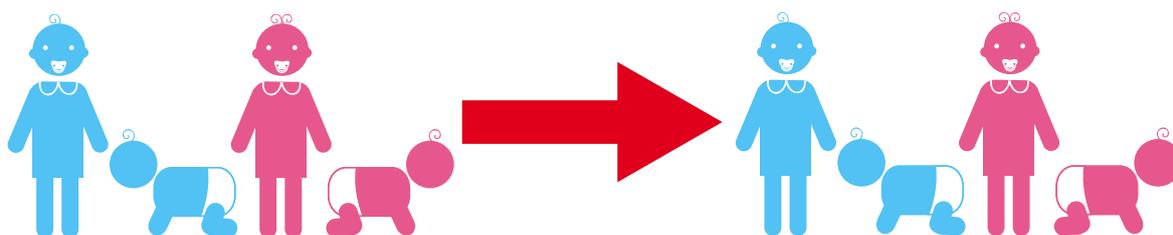
La trasmissione batterica si dice **VERTICALE** quando avviene dagli adulti (soprattutto i genitori e i parenti) ai bimbi.

I comportamenti maggiormente responsabili di questa trasmissione batterica sono quelli che permettono il passaggio della saliva dell'adulto nella bocca del bambino.

Esempi di comportamenti a rischio sono:

- > Baci sulla bocca
- > Utilizzare le stesse posate
- > Pulire il ciuccio nella bocca dell'adulto
- > Leccare il gelato del bimbo
- > Toccare la bocca del bimbo con le mani che hanno toccato la propria bocca

La trasmissione batterica si dice **ORIZZONTALE** quando avviene da bambino a bambino. Ovviamente in questo caso gli scambi salivari sono molto più difficilmente controllabili, specie in contesti quali asili nido e scuole materne.



PREVENIRE LA CARIE COL COMPORTAMENTO

QUALI SONO I FATTORI CHE AUMENTANO LA PROBABILITÀ CHE GLI SCAMBI SALIVARI SIANO REALMENTE EFFICACI NELL'INFETTARE I BAMBINI?

Non è detto che qualsiasi accidentale scambio di saliva provochi la carie dentale. Esistono delle situazioni che aumentano il rischio che ciò avvenga, queste sono:

- > Gli adulti di riferimento hanno o hanno avuto carie
- > Gli adulti di riferimento non osservano una corretta igiene orale (ad es. non spazzolano i denti 2-3 volte al giorno per almeno 2 minuti per volta)
- > Gli scambi salivari sono molto frequenti (ad es. assaggiare la pappa sempre con lo stesso cucchiaino del bimbo)
- > Il bambino ha molti dentini (a 6-7 mesi i bimbi hanno solitamente 2 dentini, a 15 mesi ne hanno anche 16)
- > Il bambino non è oggetto di regolari spazzolamenti dentari (almeno 2 volte al giorno)
- > Il bambino frequenta asili o ambienti dove non sono noti e/o applicati i comportamenti di base per la prevenzione della carie.

QUAL È L'AMBIENTE IDEALE PER LO SVILUPPO DEI BATTERI DELLA CARIE?

Nel caso in cui i batteri della carie riescano a raggiungere la bocca dei bambini, non è detto che necessariamente questi riescano a sopravvivere. Esistono infatti delle CONDIZIONI AMBIENTALI ORALI che fanno aumentare le possibilità che i batteri non riescano ad attaccare i dentini. Queste condizioni sono:



- > Il bambino consuma una piccolissima quantità di alimenti contenenti zucchero (aggiunto in casa o dalle industrie o presente in farmaci, sciroppi, bevande per rilassare), o non ne consuma affatto.
- > Il bambino ha un'alimentazione sana ed equilibrata, comprendente frutta e verdura di stagione
- > Il bambino beve prevalentemente acqua naturale nella corretta quantità per garantire l'idratazione
- > Il bambino utilizza regolarmente un dentifricio al fluoro
- > Il bambino respira regolarmente col naso