

LA GUIDA DEI GENITORI

La cura dei
denti dei
bambini.



Dai bambini più piccoli
agli adolescenti,
un sorriso per volta.

L'igiene orale in America PROBLEMA

*Nel maggio del 2001, lo studio del Surgeon General, massima autorità sanitaria statunitense, ha emesso il suo primo rapporto in assoluto sull'igiene orale in America.**

Ecco i fatti emersi:

- ☹ La carie dentaria è la malattia cronica più comune nei bambini.
- ☹ Ogni anno gli studenti perdono milioni di ore scolastiche a causa delle malattie dentali.
- ☹ I poveri sono due volte più affetti dai problemi dentali rispetto ai coetanei in condizioni economiche più vantaggiose.

* Visita il sito www.dentalcare.com per leggere il rapporto del Surgeon General.



La American Academy of Pediatric Dentistry è l'organizzazione professionale specializzata dedicata al miglioramento e al mantenimento della salute orale dei bambini, degli adolescenti e delle persone con particolari necessità sanitarie.

Crest® vi viene in AIUTO

Crest® Healthy Smiles 2010 è un programma informativo a livello nazionale realizzato appositamente per aiutare a migliorare lo stato della salute orale in America. Grazie ai mezzi informativi, ai nuovi strumenti di igiene orale e ad una maggiore disponibilità di operatori nel settore, speriamo di diffondere questi importanti dati e conoscenze a 50 milioni di bambini, e alle loro famiglie, entro l'anno 2010.

Crest® Le iniziative del programma Healthy Smiles 2010 mirano a:

- ☹ Trasformare ogni Boys & Girls Club in "Zone franche da carie" – luoghi in cui si dà importanza all'igiene orale. I 3.000 Club possono partecipare ai programmi formativi sull'igiene orale e utilizzare il sito web realizzato appositamente per i loro membri che superano già i 3 milioni.
- ☹ Costruire studi dentistici attrezzati presso sei Boys & Girls Club, tra cui quello di New York, Cincinnati, e Los Angeles, nel 2002.
- ☹ Appoggiarsi alla facoltà di odontoiatria di università note, quali la Columbia University e la University of Southern California, per sponsorizzare ambulatori dentistici su quattro ruote in grado di esaminare, curare e istruire i bambini che ne hanno bisogno e fornir loro gli strumenti necessari.
- ☹ Collaborare con la American Academy of Pediatric Dentistry per svolgere controlli, cure, formazione e servizi dentistici a favore dei bambini.
- ☹ Raccogliere le firme a livello nazionale di operatori del settore odontoiatrico disposti ad assumersi l'impegno di istruire sull'igiene orale i bambini che risiedono nella loro comunità. Nei primi 3 mesi del programma, circa 100 operatori hanno parlato ad oltre 45.000 bambini.
- ☹ Sostenere i suddetti programmi con i ricavi ottenuti dalla vendita di Crest e fornire spazzolini e tubetti di dentifricio Crest alle comunità sottoservite.



Crest®

Denti sani DALLA NASCITA.

Anche nel bambino molto piccolo, gengive sane significano denti sani. Per questo è bene cominciare a curare l'igiene orale del proprio bambino fin dalla nascita.

Come prendersi cura delle gengive del proprio bambino?

Una frizione delicata fa meraviglie

Dopo l'allattamento, naturale o con biberon, frizionare delicatamente le gengive del bambino con un tampone di garza pulita.

E riguardo alla dentizione?

Un aiuto per i bambini

La nascita dei primi dentini è spesso accompagnata da lievi disturbi, quali irritabilità, salivazione o tendenza a masticare oggetti. Una temperatura corporea inferiore ai 37,7° è considerata normale durante la dentizione. Se al bambino viene la febbre, consultare il medico. Per ridurre il disagio del bambino i genitori possono massaggiargli delicatamente le gengive con un dito lavato oppure con una garza piegata bagnata. Anche i cerchietti freddi dentali aiutano a ridurre il disagio provato dal bambino.

Come comportarsi quando il bambino succhia il dito o il succhiotto?

I comportamenti più comuni

Suzione non nutritiva è il termine generale che abbraccia le varie abitudini di succhiamento dei bambini come quello del pollice, di un altro dito o del succhiotto. Attualmente, la maggior parte dei pediatri concorda sul fatto che tali abitudini svolgono delle importanti funzioni formative, naturali e rilassanti e dovrebbero pertanto essere ignorate durante i primi anni di vita del bambino (fino all'età di circa 4 anni).

La stragrande maggioranza dei sanitari sembra concordare sul fatto che il succhiamento dovrebbe comunque cessare prima che spuntino i denti permanenti. Tra l'altro, è la durata e l'intensità della suzione che sembrano contribuire maggiormente a eventuali cambiamenti dentali. Uno dei temi più importanti in relazione ai succhiotti è la sicurezza del bambino. I succhiotti, che non vanno mai fissati al collo dei bambini, devono essere infrangibili e devono essere progettati in modo da prevenire l'ostruzione delle vie respiratorie. Si consiglia il consultare il pediatra sulle abitudini di suzione del proprio bambino.



DAL PRIMO DENTINO IN POI.

Che bello! Il primo dentino. Appena spuntano i primi denti, occorre iniziare a pensare a come prendersene cura quotidianamente per prevenire la carie. Pulire regolarmente il cavo orale del bambino dopo ogni pasto è una buona abitudine fin dai primi giorni.

Quando spunteranno i denti del bambino?

20 denti in 3 anni

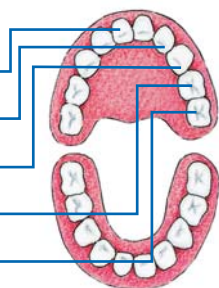
Incisivi centrali: fra i 6 e i 12 mesi

Incisivi laterali: fra i 9 e i 16 mesi

Canini: fra i 16 e i 23 mesi

Primi molari: fra i 13 e i 19 mesi

Secondi molari: fra i 22 e i 33 mesi



I denti del bambino iniziano a formarsi già prima della nascita. Tutti i 20 denti primari (detti anche denti da latte) sono presenti nelle arcate dentarie del bambino già alla nascita. I due denti anteriori inferiori sono generalmente i primi a spuntare, di solito intorno ai 6 mesi di età. Non c'è motivo di preoccuparsi se il bambino è un po' in ritardo. Entro i 3 anni, tutti i 20 denti primari dovrebbero essere spuntati.



Che cosa è la "carie da biberon"?

Questo tipo di carie può essere evitato.



Un tipo di carie molto comune nei bambini è la "carie da biberon". Essa si verifica quando i denti del bambino vengono a contatto con liquidi zuccherati per periodi prolungati, quali il latte (materno ed artificiale), i succhi di frutta e altri liquidi zuccherati. Non usare il biberon come se fosse un succhiotto. Se è necessario dare il biberon al bambino prima di metterlo a letto per la notte o per un pisolino, riempirlo con sola acqua. Inoltre, non dare al bambino succhiotti intinti in miele o zucchero.

Quando devo iniziare a lavare i denti del bambino?

Quando iniziare a usare lo spazzolino

Si dovrebbe iniziare a pulire i denti del bambino appena appaiono. Una piccola quantità di dentifricio al fluoro può essere utilizzata non appena il bambino è grande abbastanza da non ingerirlo. Spazzolare delicatamente (per le modalità di spazzolamento, vedere a pagina 5). Uno dei modi migliori per incoraggiare l'uso dello spazzolino è quello di fornire un buon esempio da seguire. Molti genitori si spazzolano i denti mentre spazzolano quelli del proprio bambino, rendendo la pulizia con lo spazzolino un divertimento da condividere.



Qual è lo spazzolino adatto?

Ce ne sono tanti fra cui scegliere!

Utilizzare uno spazzolino progettato per le dimensioni e la forma della bocca e delle mani del bambino. Per esempio, un manico grande può aiutare i bambini a controllare il movimento dello spazzolino. Le setole morbide con punte arrotondate consentono una pulizia delicata dei denti e del tessuto gengivale giovane. I colori vivaci o i disegni allegri possono servire a incoraggiare l'uso dello spazzolino e a rendere divertente l'igiene orale.

Quale tipo di dentifricio scegliere?

I bambini usano le cose che trovano piacevoli

Uno dei modi migliori per favorire l'uso regolare dello spazzolino da parte del bambino è di avere a disposizione un dentifricio al fluoro piacevole e facile da usare. Il sapore può rendere l'uso dello spazzolino un'esperienza più piacevole, e portare ad una pulizia più accurata. Spazzolando i denti due volte al giorno si aumenta l'applicazione del fluoro, si rafforza lo smalto dei denti e si contribuisce a prevenire la formazione della placca.



Il modo migliore per spazzolare i denti?

La tecnica è importante

Per i bambini più piccoli, spesso i dentisti e gli igienisti dentali raccomandano che i genitori facciano un movimento semplice, delicato, breve, avanti e indietro, per spazzolare e rimuovere la placca.

Quando i bambini sono più grandi si raccomanda il seguente metodo:



- ☺ Sulle superfici interne ed esterne: posizionare lo spazzolino a 45 gradi; iniziare dalla base delle gengive; frizionare i denti con movimenti delicati, brevi, lungo tutta la superficie del dente partendo dalla gengiva.



- ☺ Sulle superfici masticatorie: tenere lo spazzolino piatto e spazzolare avanti e indietro.



- ☺ Sulle superfici interne dei denti anteriori: inclinare lo spazzolino verticalmente; fare movimenti delicati, verso l'alto e il basso, con la punta dello spazzolino.



- ☺ Lavare i denti il tempo necessario per pulire a fondo tutte le superfici visibili. Il movimento fatto con lo spazzolino aiuta ad eliminare eventuali macchie. Quindi, non economizzare. Ricordarsi di spazzolare anche la lingua. Iniziare dal retro e procedere verso la parte anteriore della lingua in modo da eliminare eventuali particelle di cibo e rinfrescare la bocca del bambino. Ricordarsi di lavare con delicatezza anche il palato.

(Fonte: AZ Dental ResourceNet)



I bambini devono utilizzare il filo interdentale?

Uno strumento essenziale per la corretta igiene orale

L'utilizzo quotidiano del filo interdentale rimuove la placca e i residui di cibo depositati fra i denti e al di sotto del bordo gengivale. Insegnare ai bambini l'uso del filo interdentale è di fondamentale importanza per la loro salute orale. Naturalmente occorre aiutare più piccoli iniziando sin da quando spuntano i denti primari. Per utilizzare correttamente il filo, arrotolarne circa 50 cm intorno al dito medio e tenerne ferma una porzione di circa 3 cm, quindi...

1. Far passare il filo fra i denti. Pulire delicatamente e ripetutamente dal basso verso l'alto facendo aderire il filo ai denti lungo il bordo gengivale.
2. Far passare sempre il filo anche dietro l'ultimo dente. Srotolare il filo pulito man mano che si procede.
3. Fare attenzione a non spingere il filo dentro la gengiva.

(Fonte: AZ Dental ResourceNet)



Quale ruolo gioca la nutrizione nello sviluppo di denti sani?

Una buona dieta equivale a denti più sani

Sane abitudini alimentari portano a denti sani. Molti tipi di merende portano alla formazione della carie. È importante scegliere merende nutrienti come verdure, yogurt magri e formaggi magri che sono più salutari e migliori per i denti del bambino.

Perché lo smalto e il fluoro sono importanti?

Gli elementi costitutivi dei denti

Smalto • Dentina • Polpa • Gengiva • Osso • Corona • Radice
Lo smalto, la sostanza più dura del corpo, è lo strato esterno dei denti che li protegge dalla carie. Il fluoro, una sostanza presente in natura, rinforza lo smalto rendendolo più resistente alla carie. Fonti comuni di fluoro sono l'acqua da bere fluorata, i dentifrici a base di fluoro e i colluttori al fluoro. Il dentista o il pediatra può raccomandare o prescrivere trattamenti aggiuntivi a base di fluoro. Seguire attentamente le loro istruzioni poiché troppo fluoro può alterare l'aspetto dei denti del bambino.



È ora di andare DAL DENTISTA.

I bambini dovrebbero andare dal dentista entro il loro primo anno di vita. Chiedere ad amici e a parenti e scegliere un dentista nella propria zona che ami i bambini e se ne prende cura regolarmente. Il primo contatto che il bambino ha con il dentista può lasciare un ricordo duraturo.

Come preparare il bambino alla prima visita dal dentista?

Divertimento, non paura

Si può rendere la prima visita dal dentista divertente e positiva. Comunicare al bambino con un certo anticipo che qualcuno esaminerà i suoi denti e li pulirà. Provare a mostrare loro immagini di dentisti, o fare una scenetta divertente interpretando la visita dal dentista. Molti dentisti preferiscono che un genitore sia presente durante la visita di bambini sotto i tre anni. Alcuni chiedono al genitore di sedersi nella poltrona dentistica e di tenere il bambino in braccio durante le prime visite. Può anche essere utile portarsi appresso i bambini più piccoli quando i fratelli più grandi vanno alla visita in modo che si abituino allo studio dentistico e al dentista. Quando crescono, i bambini, che desiderano sembrare più grandi, chiedono di sedersi da soli sulla poltrona e mandano i genitori sulla sala d'aspetto. Alla prima visita, il dentista esamina la bocca del bambino per individuare eventuali carie o altri problemi, e fornisce consigli per evitare le carie durante la crescita. Il bambino deve essere portato regolarmente dal dentista.



È necessaria la radiografia dei denti primari?

Nonostante la loro breve durata utile, è importante che i denti primari siano mantenuti più sani possibile. Il dentista potrebbe raccomandare le radiografie per individuare eventuali carie nascoste o per assicurarsi che i denti permanenti che si stanno formando al di sotto della superficie gengivale siano nella posizione giusta.

Che cosa sono i sigillanti dentali?

Uno strato supplementare

Oggi giorno la maggior parte delle carie si forma sulla superficie masticatoria dei denti posteriori. I sigillanti dentali offrono una protezione specifica contro questo tipo di carie. Il sigillante dentale è un materiale di plastica che viene applicato direttamente nei solchi delle superfici masticatorie del dente. Il sigillante agisce come una barriera che protegge lo smalto dalla placca e dagli acidi.



Apparecchi fissi e MOBILI.

Gli apparecchi ortodontici rientrano nell' "ortodonzia", una speciale branca dell'odontoiatria che si occupa dell'allineamento di denti e mascelle per migliorare il sorriso del bambino e la salute del cavo orale. Con il trattamento ortodontico si correggono problemi quali denti storti o accavallati, dentatura sporgente o rientrante, scorretta posizione della mascella e disturbi delle articolazioni mascellari.

Quando ricorrere all'apparecchio e per quanto tempo tenerlo?

Bambini di tutte le età li portano e la durata del trattamento varia

La situazione di ciascun bambino è differente, ma il momento più adatto per mettere l'apparecchio è fra gli 8 e i 14 anni di età, quando la testa e la bocca sono ancora in crescita e i denti possono essere raddrizzati più facilmente.

Di solito quanto più sono complicati i problemi di diastema e occlusione e quanto più è grande il bambino, tanto più lunga sarà la durata del trattamento. La maggior parte dei bambini deve portare l'apparecchio per un periodo che varia dai 18 ai 30 mesi, seguito dall'uso di un apparecchio di mantenimento per un periodo che va da un minimo di alcuni mesi fino a due anni. L'apparecchio di mantenimento dispone e allinea i tessuti intorno ai denti rinforzati.

Il bambino dovrà evitare dei cibi o cambiare abitudini quotidiane?

Alcuni buoni consigli da seguire

Il bambino deve evitare dolci, patatine e bevande gassate. I cibi dolci o ricchi di amido generano acidi e placca che possono provocare la carie e favorire le malattie delle gengive. I cibi appiccicosi e gommosi, come il caramello, possono danneggiare il filo dell'apparecchio e allentare i ganci. I cibi duri e croccanti, come il popcorn, la frutta secca e le caramelle possono rompere l'apparecchio. Inoltre, tagliare a pezzetti cibi quali carote e mele.

Evitare anche che il bambino mastichi cubetti di ghiaccio, si succhi il dito, respiri troppo con la bocca, si morda le labbra e spinga la lingua contro i denti.



E l'igiene orale?

È più importante che mai

Gli apparecchi creano degli spazi stretti in cui le particelle di cibo o la placca possono annidarsi. Insegnate al bambino a lavarsi bene i denti due volte al giorno con un dentifricio al fluoro e uno spazzolino a setole morbide, e a fare un buon risciacquo. È importante, inoltre, che il bambino usi il filo interdentale per pulire l'apparecchio e i fili metallici sottostanti servendosi di apposito inseritore. Portare il bimbo regolarmente dal dentista per una buona pulizia dentale, una procedura di base per la salute delle gengive e dei denti. La cattiva igiene dentale, durante l'uso dell'apparecchio, può causare la formazione di macchie dentali intorno all'apparecchio o alle fasce di fissaggio.



Cos'altro

I GENITORI DEVONO SAPERE.

Ecco le risposte ad alcune delle domande più frequenti dei genitori riguardo i denti dei bambini e la salute del cavo orale.

Gli antibiotici possono macchiare i denti del mio bambino?

Sì. Alcuni tipi di antibiotici possono provocare discromie permanenti dei denti. Chiedetelo al vostro pediatra o al medico di famiglia quando prescrivono antibiotici.

La respirazione con la bocca influisce sulla formazione dei denti?

Se il vostro bambino respira con la bocca, consultate il dentista e il pediatra. La respirazione con la bocca può essere indotta da un'ostruzione causata da tonsille gonfie, adenoidi o congestione nasale cronica. Essa può portare ad anomalie dentali che potranno richiedere, in seguito, l'uso di apparati correttivi quali l'apparecchio.

I bambini devono indossare il parabocca quando praticano gli sport?

Ogni anno si verificano oltre 200.000 lesioni alla bocca e alla mascella: di conseguenza i dentisti incoraggiano l'uso del parabocca in molte attività sportive. Il parabocca allontana dai denti il tessuto molle della cavità orale, proteggendo da lacerazioni ed ecchimosi le labbra e le guance, specialmente nei bambini che indossano apparecchi fissi.

Pulirlo con acqua fredda o con un collutorio antisettico. Conservare il parabocca in un contenitore robusto perforato.

Perché il bambino soffre di alitosi cronica?

L'alitosi può essere causata da tonsille o adenoidi infiammate o infette, congestione nasale cronica, carie o problemi gengivali. Consultate il dentista o il pediatra.

Cosa fare se il bambino perde un dente facendo uno sport?

Non pulirlo. Versare del latte in un bicchiere o in una tazza ed immergervi subito il dente. Se non avete del latte, avvolgete il dente in un panno o tovagliolo di carta pulito bagnato. Recatevi al più presto dal dentista con il figlio e il dente staccato così predisposto. Spesso è possibile riattaccare il dente se si reagisce tempestivamente nel modo illustrato.



Create sorrisi sani per intere GENERAZIONI

Il programma Healthy Smiles 2010 di Crest

aiuterà 50 milioni di bambini.

Un sorriso per volta.



Ecco i visi sorridenti dei figli di alcuni dipendenti Procter & Gamble.

Visitare il sito web della Crest all'indirizzo www.cresthealthysmiles.com per consigli e informazioni aggiornati sulla cura dei denti per adulti e bambini. Il servizio assistenza può essere contattato al N° verde USA 1-800-492-7378.



Il dentifricio Crest ha dimostrato di possedere caratteristiche anticarie efficaci che possono risultare di valore considerevole se utilizzato secondo le istruzioni fornite in base ad un programma coscienzioso di igiene orale e di visite regolari dal dentista.

Consiglio Affari Scientifici-American Dental Association

Nome del dentista _____

Telefono _____

Numero d'emergenza _____

Nome dello studio _____

Indirizzo dello studio _____

Nome dell'assistente _____

