

Odontoiatria in pillole per pazienti

Parola d'ordine "PREVENZIONE"

Fluoro e salute orale

Quando viene utilizzato opportunamente, il fluoro è sicuro ed efficace nel prevenire la demineralizzazione e l'insorgenza di carie. La scelta di utilizzare prodotti a base di fluoro e con quale dosaggio farlo passa dalle esigenze di ciascun paziente, valutando rischi (insorgenza di fluorosi) e benefici (diminuzione della carie). Il rischio individuale di sviluppare lesioni cariose è correlato alle abitudini alimentari e di igiene orale, all'esperienza di carie e all'eventuale fluoro-profilassi pregressa.



A chi è rivolta la terapia a base di fluoro?

La patologia cariosa nella popolazione dei paesi industrializzati presenta una prevalenza che in alcune zone raggiunge il 95%, pertanto tutta la popolazione va ritenuta a rischio carie. Sia bambini che adulti devono assumere la giusta quantità di fluoro in base al proprio rischio di incorrere in demineralizzazione e carie.

Certo è che i trattamenti ortodontici, le disabilità e le patologie sistemiche, rappresentano potenziali fattori di rischio per l'insorgenza di lesioni e rendono questi esempi estremamente adatti all'uso di profilassi a base di fluoro.

Cosa dicono le linee guida nazionali del Ministero della Salute?

Dai 6 mesi ai 6 anni di età, la fluoroprofilassi può essere effettuata attraverso l'uso di un dentifricio contenente almeno 1.000 ppm di fluoro, 2 volte al giorno, in dose minima, *pea-size* (dose di dentifricio non più grande di un pisellino).

Dopo i 6 anni la fluoroprofilassi viene effettuata attraverso l'uso di un dentifricio contenente almeno 1.450 ppm di fluoro, 2 volte al giorno, in dose regolare.

Numerosi studi clinici hanno evidenziato come, in età adulta, l'utilizzo di paste dentifricie fluorurate comporti una sensibile riduzione di nuove carie e per questo tali raccomandazioni sono da intendersi espresse con massima forza ed il più alto livello di evidenza scientifica.

Paste dentifricie, cosa consigliano le linee guida nazionali

ETÀ DEL PAZIENTE	CONTENUTO di FLUORO	DOSE CONSIGLIATA	SOMMINISTRAZIONE
Dai 6 mesi a 6 anni	Almeno 1000 ppm	Quantità minima (<i>pea-size</i>)	2 volte al giorno
Dai 6 anni all'età adulta	Almeno 1450 ppm	Dose regolare	2 volte al giorno

Odontoiatria in pillole per pazienti





Come posso assumere il fluoro?

Bevendo acqua fluorurata per esempio: il fluoro si trova già naturalmente nella maggior parte delle fonti d'acqua, ma per incrementarne il tasso dagli anni '70 il fluoro è stato aggiunto ai rifornimenti idrici pubblici, così da portarlo ai livelli utili alla prevenzione della carie dentale. Questa pratica non è più considerata indispensabile avendo a disposizione molte fonti controllabili e sicure come dentifrici e supplementi dietetici.

È raccomandato sempre preferire prodotti per l'igiene quotidiana a base di fluoro. Molti presidi odontoiatrici contengono fluoro, ma attenzione è necessario adottare quelli più indicati alla propria fascia d'età onde evitare di eccedere le dosi necessarie che variano nel tempo.

Solo se necessario vanno utilizzate integrazioni di fluoro oltre al dentifricio ed eventualmente a quello già assunto nelle acque. Questo approccio deve essere concordato con l'odontoiatra e non può essere autonomamente gestito dal paziente.

RICORDATI DI:

-  Chiedere al dentista di aggiornarti sulle tecniche di prevenzione della demineralizzazione (fluoroprofilassi, chiusura dei solchi ecc.)
-  Acquistare prodotti (paste dentifrice, colluttori, etc.) a base di idrossiapatite o fluoro da utilizzare anche a casa per l'igiene quotidiana
-  Evitare fluoroprofilassi "fai-da-te", in alcuni soggetti un eccesso di fluoro può risultare dannoso
-  Rispettare il programma - visite concordato col dentista, specie in caso di trattamenti ortodontici, disabilità e patologie.