Mensile
Data 06-2016
Pagina 61/62
Foglio 1 / 2

VOLETE DENTI PERFETTI? Masticate, gente, masticate...

Abituare i bambini a mollare il ciuccio entro i tre anni e a mangiare fin da piccoli cibi duri è la migliore forma di prevenzione delle malocclusioni. Che, oltre a rovinare il sorriso, possono provocare problemi di salute

~ Testo di Monica Nardone ~

Non è solo questione di un bel sorriso: una bocca sana con denti allineati che toccano bene fra loro ci fa stare meglio. Quando infatti le due arcate non chiudono in modo armonico e si verifica la cosiddetta malocclusione si possono scatenare mal di testa, dolore al collo e alla schiena, difficoltà a respirare e problemi a parlare correttamente.

«Nella corretta occlusione l'arcata superiore deve sormontare leggermente quella inferiore come il coperchio che deve coprire bene il bordo di una scatola e in particolare gli incisivi superiori devono sormontare di un terzo quelli inferiori», spiega Roberto Broggi, specialista in ortognatologia dell'Irccs Ospedale San Raffaele di Milano. Generalmente questo problema è dovuto a un cattivo allineamento dei denti, a causa per esempio del palato stretto, di un affollamento dentario oppure, al contrario, per colpa di denti troppo distanziati fra loro, per la mancanza di alcuni denti, o infine per un cattivo intervento da parte del dentista. «Estrazione o ricostruzione di un dente, protesi estetiche eseguite senza un accurato studio dei denti, sono tutti interventi che, quando non sono fatti bene, possono creare interferenze e problemi di occlusione», osserva Enrico Gherlone, direttore del dipartimento di odontoiatria all'Irccs Ospedale San Raffaele di Milano.

ISTOCK

MASCELLA SPORGENTE COME GLI ASBURGO

In altri casi, invece, il problema è una conseguenza della struttura ossea della mascella e della mandibola, che possono essere una più sporgente dell'altra, fino al caso più estremo, chiamato morso inverso, dovuto alla mandibola più sporgente della mascella, come nei membri della Casa d'Asburgo dove questa caratteristica era ereditaria. «Le malocclusioni più dannose», precisa Broggi, «sono proprio quelle dovute alla struttura ossea e si possono correggere finché il sistema è in accrescimento, cioè

Codice abbonamento: 101665

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Dentisti, odontotecnici e odontoiatri

ISTOCK

fino all'adolescenza». I fattori che causano le cattive occlusioni, poi, possono essere associati fra loro o essere la conseguenza di cattive abitudini. Fra queste ultime vi è «l'uso improprio del ciuccio, cioè per troppe ore al giorno e anche dopo i tre anni, o l'abitudine di succhiare il dito, che non fanno ampliare il palato», continua Broggi. «Anche l'allattamento al biberon non favorisce lo sviluppo appropriato del palato, al contrario dell'allattamento al seno che promuove lo sviluppo del sistema orale del bambino perché lo costringe a respirare con il naso, stimolando la crescita della struttura alla base del naso e di conseguenza l'ampliamento del palato».

UNO SVILUPPO INCOMPLETO DEL PALATO È UNA DELLE CAUSE PIÙ FREQUENTI DI MALOCCLUSIONE

L'IMPORTANZA DELLO SVEZZAMENTO

Anche il tipo di svezzamento può essere causa di malocclusioni: oggi si tende a ritardare l'introduzione di cibi solidi, anche quando sono spuntati tutti i denti e i bambini sono pronti per masticare alimenti meno morbidi. «Quando il problema dipende da queste abitudini», aggiunge Gherlone, «si potrebbe parlare di malocclusioni di tipo evolutivo: in passato si mangiavano cibi più duri e questo stimolava lo sviluppo dell'apparato masticatorio e del palato». A volte i denti disallineati dei bambini o degli adolescenti sono dovuti proprio all'apparato masticatorio che non ha lavorato.

Oltre al problema estetico, più o meno accentuato, la malocclusione può causare disturbi alla salute. «Per esempio», spiega Broggi, «possono verificarsi difficoltà a deglutire, problemi respiratori (dal semplice russare fino alle apnee notturne) dovuti a mandibole molto arretrate che riducono lo spazio per il passaggio dell'aria. Anche alcuni problemi fonetici potrebbero essere dovuti a una cattiva occlusione, perché se i denti non combaciano bene non permettono di posizionare in modo corretto la lingua nella bocca e di scandire bene alcune consonanti. Possono insorgere persino il mal di testa o il dolore al collo, perché se i denti non toccano bene c'è un rischio di sovraccarico dei muscoli del cranio o della parte cervicale». Un dolore, quest'ultimo, che può estendersi fino alla schiena, perché i muscoli che sostengono la colonna sono tutti collegati tra loro e dunque questa sorta di sollecitazione con indolenzimento può trasmettersi da uno all'altro.

A VOLTE SI RESTA A BOCCA APERTA

Quando la malocclusione è dovuta alla struttura di mandibola e mascella si potrebbe restare persino con la bocca bloccata: «Nell'articolazione temporomandibolare», sottolinea Broggi, «c'è un cuscinetto fibroso che può deformarsi e dare origine al rumore (simile a uno scatto) durante la masticazione, oppure la deformazione può causare la difficoltà ad aprire o a chiudere la bocca, fino a bloccarla. Possiamo immaginare questo cuscinetto come un tappetino che si incastra sotto a una porta: se la porta riesce a oltrepassare l'ostacolo si sente un rumore, ma se il tappetino si incastra in modo da bloccarla, non la fa aprire o non la fa chiudere più».

Apparecchi e byte per correggere il disturbo

Le soluzioni della malocclusione dipendono dalle cause. «Se il problema è dovuto alla struttura ossea, si cerca di spronarne la crescita corretta con apparecchi mobili o fissi», spiega Roberto Broggi, specialista in ortognatologia al San Raffaele di Milano. «In questi casi bisogna intervenire in età precoce e fino ai 16-17 anni, cioè in tutta la fase della crescita. Una volta corretto il difetto osseo si può passare alla correzione dell'allineamento dentale con apparecchi fissi. Quando il problema, invece, è dovuto a cattive abitudini, il primo passo è eliminarle: quindi, togliere o ridurre l'uso del ciuccio anche grazie a un doppio byte di gomma morbido che si può utilizzare sin dai 3-4 anni, che si sistema sull'arcata superiore e inferiore. Il bambino lo addenta e fa da scudo senza possibilità che usi il ciuccio o il dito. Anche far mangiare cibi duri può essere una soluzione per prevenire o risolvere il problema, perché allenare la masticazione stimola l'accrescimento del palato». Quando la cattiva occlusione è causata dai denti, si può correggere risolvendo il problema che l'ha generata. «Per esempio, con l'inserimento di una protesi al posto di un dente che manca, o raddrizzando denti disallineati, o ancora con un byte, un apparecchio di materiale resinoso di qualche millimetro di spessore inserito sull'arcata inferiore», sottolinea Enrico Gherlone, direttore del dipartimento di odontoiatria al San Raffaele. Ce ne sono di due tipi: uno correttivo e uno notturno. Il primo si usa durante il giorno per un paio di mesi per «educare» le arcate ad assumere la posizione corretta. Un dispositivo utile anche quando il problema è di tipo osseo, per riequilibrare la posizione di mandibola e mascella. Il secondo si usa durante la notte e serve a evitare quelle abitudini che possono essere causa di cattiva occlusione, come il bruxismo, ovvero l'abitudine di stringere e sfregare i denti durante il sonno.

Codice abbonamento: 101665

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Dentisti, odontotecnici e odontoiatri