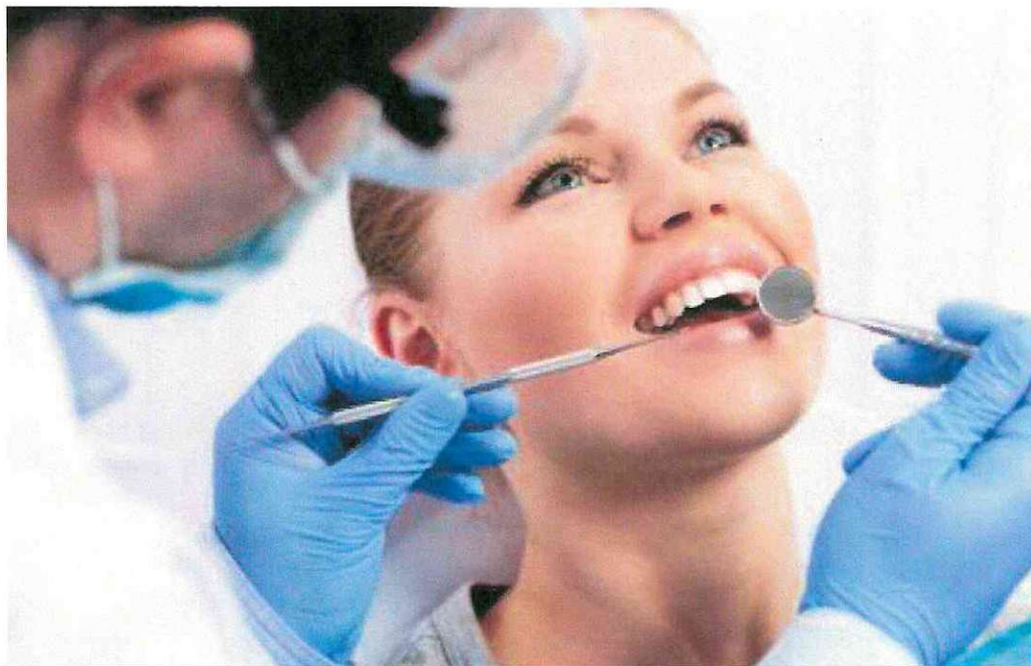


Salute: il dentista, contro 'sorriso da prosecco' niente spazzolino dopo drink

30/08/2017 - 16:00

D'Alessio, risciacquo con semplice acqua o gomma da masticare allo xilitolo per proteggere smalto



Roma, 30 ago. (AdnKronos Salute) - Niente spazzolino e dentifricio subito dopo il calice di bollicine per evitare di ritrovarsi con un 'sorriso da prosecco', spento e opaco. E' il consiglio di Raoul D'Alessio, docente di ortognatodonzia all'università Cattolica di Roma, secondo il quale "è vero che il prosecco può aggredire i denti, ma non è necessario rinunciare all'aperitivo per salvare il sorriso". Tutti gli alimenti acidi e zuccherini sono a rischio - spiega all'AdnKronos Salute commentando l'allarme lanciato dal quotidiano britannico 'The Guardian' - ma la soluzione "è in una 'manutenzione consapevole' dei denti, seguendo i consigli del proprio dentista".

E la prima regola è proprio non avere fretta a usare lo spazzolino. Lo smalto dei denti ha infatti il suo momento di massima fragilità dopo l'ingestione di alimenti acidi, quando "nel cavo orale comincia la prima fase della digestione del bolo alimentare, attraverso enzimi contenuti nella saliva. I cristalli di smalto hanno meno protezione - precisa l'esperto - e intervenire con lo spazzolamento e sostanze di detersione rischia di graffiare e rovinare i denti".

"Dopo aver mangiato o bevuto - precisa D'Alessio - lo spazzolino e il dentifricio devono essere evitati per almeno mezz'ora. Trascorso questo tempo, in maniera naturale, il pH della bocca torna a essere neutro e si può procedere a pulire, in modo meno aggressivo possibile: con spazzolini morbidi (o quelli consigliati dal proprio dentista) e dentifrici delicati". Subito dopo il pasto "si può sciacquare la bocca con semplice acqua, meglio non gasata. Anche mordere una mela croccante, una carota o del sedano crudi possono aiutare a pulire, con l'azione meccanica consentita dalla loro durezza". 'Promosse' anche "le gomme da masticare allo xilitolo, uno zucchero cariostatico", ma solo per persone che non hanno in bocca protesi o apparecchi, che potrebbero subire danni.

"Spesso - aggiunge l'esperto - a 'spegnere' il sorriso, rendendo lo smalto opaco, è proprio una maldestra gestione, nel tempo, della pulizia con spazzolamenti energici appena dopo i pasti e l'uso di colluttori non adatti". Quando il danno è fatto si può ricorrere a prodotti sbiancanti specifici: "Oggi sono molto migliorati quelli disponibili sul mercato - evidenzia D'Alessio - Ma ogni persona ha caratteristiche diverse ed è meglio chiedere consiglio al dentista curante che conosce le peculiarità del suo paziente". Se nel frattempo si è arrivati ad avere un 'sorriso da prosecco', anche in questo caso ci si può rivolgere al dentista. "Oggi disponiamo di metodologie e sostanze chimiche rigenerative, riequilibranti, protettive che permettono di ridare ai denti brillantezza e lucentezza", conclude lo specialista.