

GLI STUDI DENTISTICI DELL'ASSOCIAZIONE PER L'ODONTOIATRIA NATURALE E POPOLARE

LA VULNERABILITÀ DEI DENTI

È probabile che, di tutte le parti del corpo, i denti rappresentino gli organi che si siano adattati meno ai processi della civilizzazione. L'alimentazione attuale non comporta uno sforzo nella masticazione, i cibi sono molto raffinati e tutto ciò non favorisce né la robustezza dei denti in generale e dello smalto in particolare, né lo sviluppo dello scheletro facciale, e questa seconda conseguenza determina un'espansione delle strutture ossee e muscolari del volto spesso insufficiente, per cui se da una parte i denti sono sempre 32, dall'altra le facce sono sottili, l'osso mascellare e la mandibola poco sviluppati, per cui i denti non hanno spazio, tendono ad accavallarsi e bisogna intervenire con le cure ortodontiche. Consumare meno merendine e più alimenti mediamente duri, per esempio verdure crude, come carote, sedano, carciofi, rape, poi il formaggio non molle e il pane, tipo il nostro pane di segale, è positivo, fa sviluppare le strutture anatomiche del volto. Una condizione che sicuramente danneggia i denti perché porta ad un consumo progressivo prima dello smalto e poi della dentina è il BRUXISMO, cioè un eccessivo digrignamento, che si verifica soprattutto durante il sonno. Ne soffre, a seconda delle popolazioni, fino al 20% delle persone, ed è un fenomeno che si osserva sempre di più. L'interessato non si accorge di questa patologia, può invece rendersene conto il partner, perché non è raro che il rumore provocato dal bruxismo sia avvertibile da chi condivide il letto o la stanza con il bruxista. A volte le cause sono lo stress e la fatica psico-fisica, in altri casi all'origine ci sono disturbi dell'occlusione o malformazioni dell'osso mascellare o mandibolare, si è anche notata spesso la diffusione del problema nella stessa famiglia. Sicuramente il bruxismo favorisce le carie perché riduce lo strato dello smalto fino ad azzerarlo nelle situazioni gravi e non trattate, ed è frequente che il paziente si rivolga al dentista per una condizione di sensibilità al freddo e al caldo o per disturbi dell'ATM (articolazione temporo-mandibolare) che si configurano in genere con dolore nella zona delle tempie e dei condili, cioè dove si incontrano la mandibola e la scatola cranica, rumori nell'apertura della bocca, emicrania o cefalea. C'è un ampio ventaglio di sintomi e conseguenze del bruxismo tra cui disturbi della vista, dell'udito e della postura. Per affrontare questa patologia l'intervento più rapido è costituito dal BITE, un "apparecchio" poco ingombrante preparato su misura sulla base delle impronte, che va tenuto di notte, anche se poi molte persone, constatando gli effetti positivi, dalla scomparsa del dolore e delle tensioni al miglioramento del male di testa, alla migliore condizione e funzione di collo e schiena, portano il bite anche di giorno.

**DI BRUXISMO, OCCLUSIONE E POSTURA CI SI OCCUPA PRESSO GLI STUDI
DELL' ASSOCIAZIONE PER L'ODONTOIATRIA NATURALE E POPOLARE A:**

SONDRIO in via Paribelli 3, tel. 0342 218256

REGOLEDO DI COSIO VALTELLINO, in via Nazionale 19, Tel. 0342 636583