

salute *bocca*

È il sogno di chi si ritrova con un sorriso "opaco". Le **soluzioni** non mancano, anzi ce ne sono persino troppe: ecco **come orientarsi**

le diverse tecniche

Esistono più tipi di trattamenti sbiancanti: professionali, professionali domiciliari, con prodotti "da banco". Vediamoli nel dettaglio.

Professionale

Si effettuano unicamente in uno **studio odontoiatrico** e prevedono l'utilizzo di **agenti sbiancanti chimici** a concentrazioni diverse, a seconda di quello utilizzato (può variare dal 25 al 45% nel caso del perossido di idrogeno) e del grado di bianco che si vuole ottenere.

★ Dopo aver protetto le labbra e le gengive con mascherine, si applica l'agente sbiancante, sotto forma di **gel**, e si attiva in diversi modi: si possono utilizzare lampade alogene, led o laser. A seconda del tipo di strumento scelto può cambiare il tempo di accelerazione del prodotto.

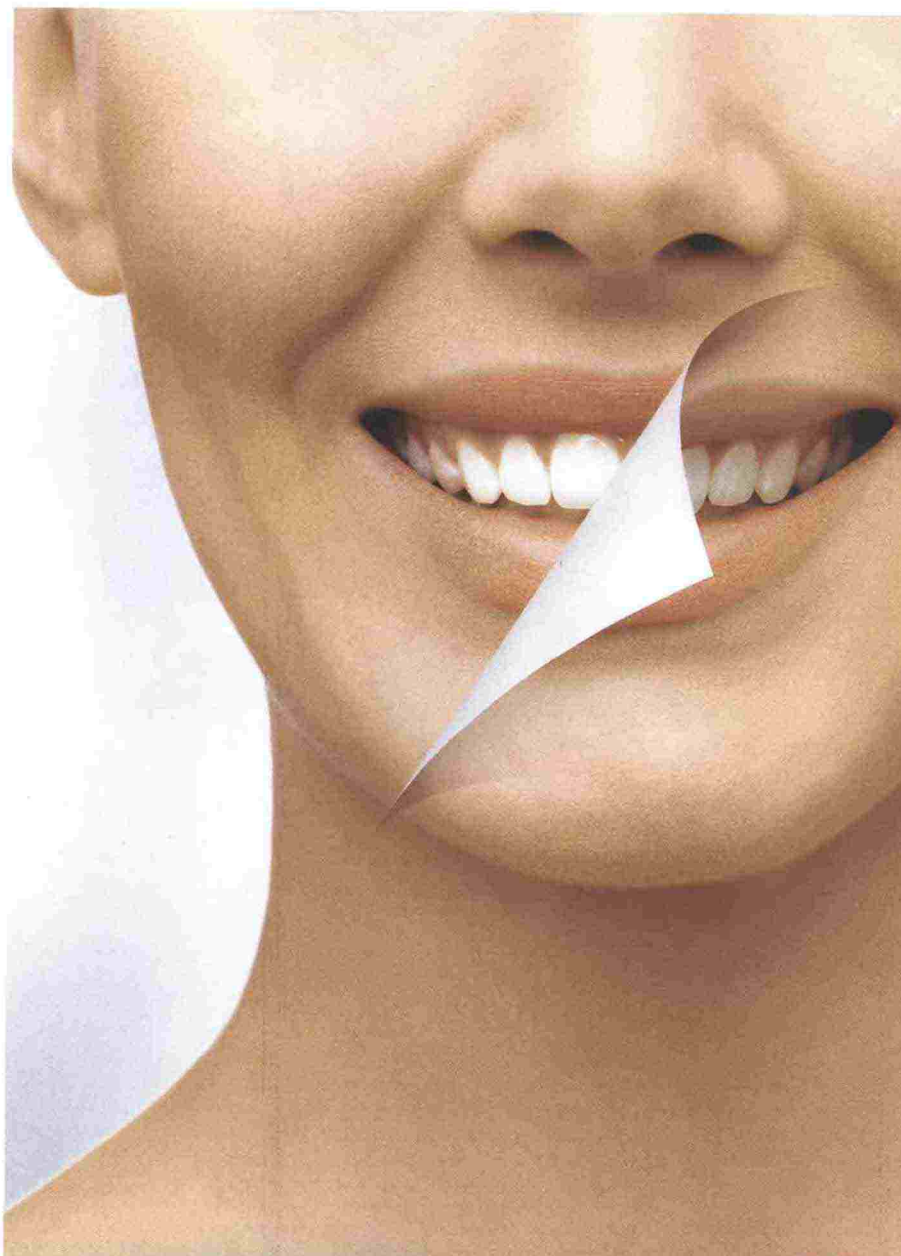
Controindicazioni

Se usati in modo non appropriato, il perossido di idrogeno e di carbammide possono creare danni, reversibili, alla mucosa orale perché si tratta di agenti ustionanti. Per esempio, possono provocare **ipersensibilità o infiammazione** delle gengive, che si manifesta sotto forma di piccole macchie bianche. Entrambi i problemi si risolvono nel giro di poche ore.

Durata

Il trattamento dura circa un'ora, ed è suddiviso in diversi cicli di applicazione a seconda delle modalità d'uso del prodotto scelto. Per **mantenere i buoni risultati**, va ripetuto ogni 2-3 anni.

denti bianchi
A CASA



→ **PRIMA DI INIZIARE IL TRATTAMENTO BISOGNA SE CI SONO CARIE, OTTURAZIONI,**

chissimì O DAL DENTISTA

Professionale a domicilio

Prevede un'iniziale seduta in uno studio odontoiatrico, in cui si prende un'impronta dentale che servirà per realizzare una **mascherina trasparente**, che eviterà che l'agente sbiancante finisca dove può fare danni. Una volta pronta, il trattamento prosegue e casa: il **dentista** fornisce alla persona il **gel**, in concentrazione variabile a seconda del grado di sbiancamento che si vuole ottenere, e la istruisce su come utilizzarlo.

Controindicazioni

Sono **le stesse del trattamento professionale**; per questo, si consiglia sempre di usare solo una mascherina plasmata sulla propria dentatura.



Durata

A seconda delle necessità, si può tenere la mascherina soltanto un paio d'ore o tutta la notte.

45%

PERCENTUALE
MASSIMA DI
AGENTI CHIMICI
SBIANCANTI

ATTENZIONE AL FAI DA TE

✓ «Il grosso limite dei trattamenti casalinghi sta nel fatto che svolgono un'azione limitata perché la **percentuale** di agente sbiancante, stabilita dall'Unione europea che controlla l'uso o l'abuso della sostanza, **è molto bassa** (il perossido di idrogeno è inferiore al 5%)» spiega la dottoressa Elisabetta Polizzi, direttrice del centro universitario di Igiene orale e prevenzione del cavo orale all'ospedale San Raffaele di Milano.

Casalinga... ... con strisce o gel

Si applicano direttamente sui denti e funzionano se si è costanti nel tempo. La loro azione sbiancante, infatti, è limitata dalla bassa percentuale di perossido di idrogeno, che non rende possibile eliminare le macchie di nicotina, di caffè e di tè, che devono essere rimosse con sedute di igiene orale professionale.

Controindicazioni

Non ce ne sono perché le strisce contengono percentuali molto basse di agenti sbiancanti.



Durata

Varia a seconda della marca che si sceglie.



... con dentifrici sbiancanti

Esistono **diverse tipologie** di dentifricio sbiancante: alcuni contengono bicarbonato o perlite e possono avere un effetto abrasivo, altri sono composti da agenti chimici in concentrazioni ridotte, e agiscono con lo stesso principio delle strisce.

Controindicazioni

Quelli che abrasano vanno **utilizzati per poco tempo**, alternandoli ai dentifrici al fluoro. Vale lo stesso per i dentifrici che contengono agenti sbiancanti che devono essere utilizzati per periodi limitati.



Durata

Andrebbero utilizzati **15 giorni ogni due mesi**.

SOTTOPORSI A UNA VISITA ODONTOIATRICA.

PROTESI OCCORRE UN'ATTENTA VALUTAZIONE DA PARTE DELLO SPECIALISTA

viversaniebelli 51

salute *bocca*



PERCHÉ INGIALLISCONO

I denti sono come spugne che assorbono tutto quello con cui vengono a contatto. Esistono diversi fattori in grado di ingiallire e macchiare la loro superficie: alcuni sono estrinseci e altri intrinseci.

✓ Fra i primi vi sono le **abitudini alimentari**, per cui se si è ghiotti di cioccolato, spinaci o liquirizia e si bevono grandi quantità di caffè, tè, bevande gassate, centrifugati di frutta molto colorata o tisane, si sarà più soggetti all'ingiallimento. Fra le cattive abitudini rientra anche il **fumo**: la nicotina, infatti, tende a rendere meno brillante il sorriso.

✓ I fattori intrinseci, invece, riguardano le discromie dovute a **malattie sistemiche** o lunghe **cure antibiotiche**.

5%

È IL LIMITE DEGLI AGENTI SBIANCANTI NEI PRODOTTI FAI DA TE

→ SE SONO PRESENTI TARTARO E PLACCA,

SERVE UNA PULIZIA DEI DENTI PRIMA DEL TRATTAMENTO

... con il bicarbonato di sodio

Ha un'azione sbiancante perché produce, attraverso il dito o lo spazzolino, **attrito sullo smalto**.

Controindicazioni

Lo sfregamento, a lungo andare, provoca **erosione sullo smalto** dentale e tutte le superfici a cui si tolgono degli strati sono più soggette a essere aggredite dagli agenti esterni. Di conseguenza il dente si macchia più facilmente rispetto agli altri trattamenti.



Durata

Questo tipo di trattamento casalingo andrebbe svolto con **moderazione, poche volte all'anno**.

Servizio di Eliana Giuratrabocchetti.

Con la consulenza della dottoressa Elisabetta Polizzi, direttrice del Centro universitario di igiene orale e prevenzione del cavo orale all'ospedale San Raffaele di Milano.

52 viversaniebelli

CANDIDI... SECONDO NATURA

Se vino rosso, caffè e liquirizia vanno evitati perché rovinano il naturale colore bianco dei denti, esistono altri alimenti, soprattutto tra la frutta e la verdura, che aiutano a mantenere brillante il sorriso.

✓ Per esempio, le **fragole**, grazie all'acido malico, rimuovono in maniera naturale le piccole macchie; lo stesso effetto che producono le **mele**, che contengono acido ossalico. Anche la **frutta secca** può aiutare perché produce un'azione abrasiva sui denti.

✓ Sgranocchiare **sedano** o **carote crude**, oltre a essere un ottimo spezza-fame, favorisce la dispersione dei batteri che causano la placca e mantiene più sana la bocca.

✓ Infine, tra i "rimedi della nonna", ci sono le foglie fresche di **salvia** strofinate sui denti, che possono diventare un'alternativa al dentifricio.



Gli agenti sbiancanti

Esistono due tipi di agenti sbiancanti: il **perossido di idrogeno** e quello di **carbammide**. «Sono entrambi agenti chimici stabili e certificati, e danno gli stessi risultati.

★ La differenza è nel fatto che il secondo agente è più blando rispetto al primo, che viene usato a concentrazioni più alte» precisa la dottoressa Polizzi. Vengono usati sottoforma di gel e spalmati sulla superficie esterna dei denti, facendo attenzione a proteggere labbra e gengive perché questi agenti potrebbero avere un effetto caustico.

★ «L'effetto degli agenti chimici non termina a fine seduta, ma prosegue per qualche giorno» dice l'esperta. Dopo ogni trattamento, quindi, viene consigliata una **dieta "bianca" per almeno 10 giorni** con riso, carni bianche, verdure come cavolo o finocchi. Da evitare, al contrario, i cibi molto pigmentanti.