

medicina

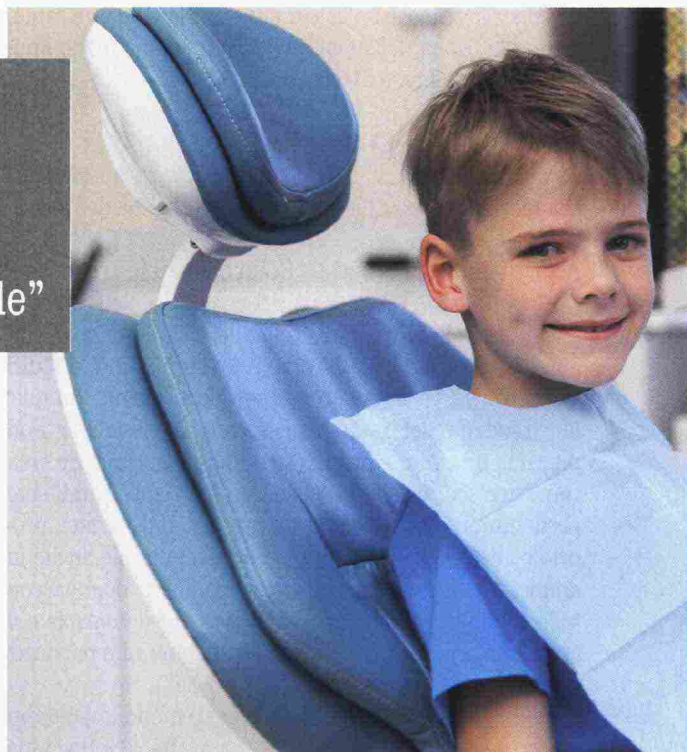
# Nutrizione e sal

I primi segni e sintomi di scompensi alimentari sono visibili nella bocca, definita “lo specchio dello stato nutrizionale”

**Dott. Aldo Nobili**

Vicepresidente A.N.D.I.

Associazione Nazionale Dentisti Italiani



**L**o sviluppo dello smalto dei primi denti ha inizio già durante la gestazione a partire dalla quattordicesima settimana e prosegue fino al quarto mese dopo la nascita. Le lesioni dello smalto degli incisivi decidui sono quindi causate con molta probabilità da traumi perinatali o neonatali. Il processo fisiologico di mineralizzazione della dentizione permanente viene avviato invece in vicinanza della nascita con i primi molari, e tutti gli elementi dentari, a eccezione dei terzi molari, di solito, iniziano a mineralizzarsi prima del terzo anno di età.

Un eventuale danno dello smalto dei denti è purtroppo permanente, esso influenzerà l'estetica e la predisposizione all'insorgenza di malattie dentali dell'età adulta.

## Difetti dello sviluppo

In alcuni casi possono manifestarsi vari difetti nello sviluppo dello smalto dei denti, possono consistere principalmente in opacità (aree bianche o giallastre), causate per lo più da un'assunzione eccessiva di fluoro, o si possono notare difetti sulla superficie dello smalto come cavità, fessure o aree più ampie prive di smalto. L'anomalia più diffusa tra i bambini è l'Ipoplasia lineare dello smalto, caratterizzata da un solco orizzontale della superficie vestibolare degli elementi dentari; i denti

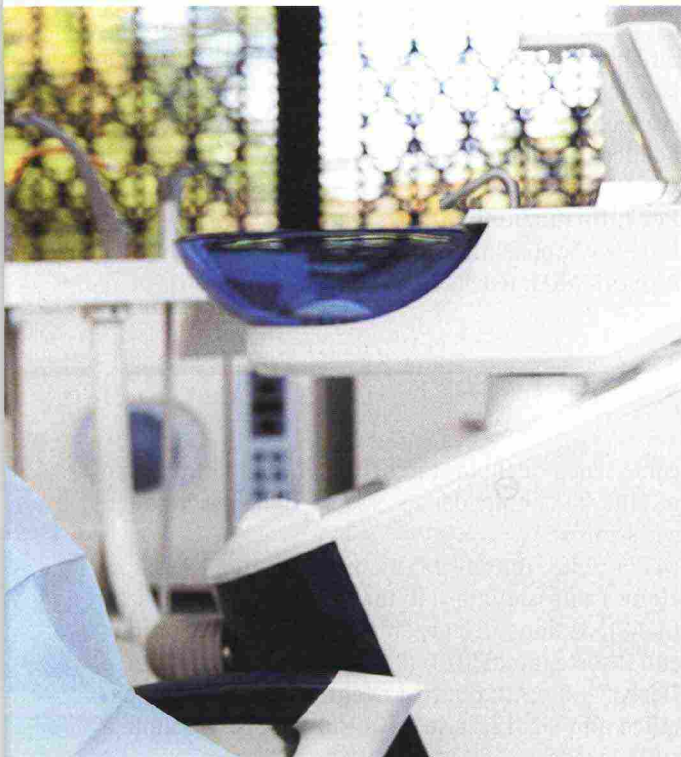
**I difetti dello smalto dentario sono spesso correlati a malnutrizione riferita al periodo della prima infanzia o a problemi legati alla nutrizione materna**

solitamente risultano di colore più scuro (giallo/bruno) e presentano una maggiore sensibilità al caldo e al freddo e sono più a rischio di carie. Nei paesi in via di sviluppo, l'Ipoplasia è abbastanza comune e nei bambini è correlata alla malnutrizione, che può riferirsi sia al periodo della prima infanzia, oppure a problemi legati alla nutrizione materna, soprattutto durante l'allattamento.

## Quali sono le cause

Diversi fattori determinano i difetti di formazione dello smalto tra cui: difetti congeniti, iatrogeni, cioè derivati dall'assunzione di farmaci, traumi, infezioni e disturbi del metabolismo; il deficit nutrizionale è solo una tra le

# ute dei denti



varie possibili cause. La maggior parte dell'attenzione è rivolta verso l'assunzione eccessiva di fluoro, come causa principale di fluorosi e i disturbi del metabolismo del calcio e del fosforo, carenza di vitamine A, D e proteine come cause nutrizionali.

## Alimentazione e Carie

A partire dagli ultimi anni '70 la distribuzione della patologia cariosa nel mondo è cambiata significativamente, con una netta diminuzione nella sua diffusione nei paesi sviluppati, ma un aumento nei paesi in via di

**I disturbi del metabolismo e la carenza di vitamina A e D possono essere tra le cause dei difetti di formazione dello smalto**

sviluppo che va di pari passo con la crescita del consumo di zuccheri nella dieta. Nei paesi in via di sviluppo in cui lo zucchero è disponibile, il livello di Carie osservato

è più elevato di quello atteso e tutto ciò conduce all'ipotesi per cui la malnutrizione favorisca i ben conosciuti effetti cariogeni.

Spesso proprio i primi segni e sintomi di scompensi nutrizionali sono visibili nella bocca, definito "lo specchio dello stato nutrizionale". Gli **Odontoiatri** possono dunque di fatto essere i primi operatori in campo medico a diagnosticare tali deficit, pertanto la conoscenza approfondita dei sintomi e dei segni di malattia permetterà loro di intervenire in maniera appropriata. Può

## PREVENIRE LA CARIE

Ecco i principali errori alimentari da evitare:

### Bibite gassate a base di zucchero

Alcune ricerche confermano i danni causati dalle bibite gassate a causa dello zucchero e degli acidi (citrico e fosforico) in esse contenuti

### Gomme da masticare, caramelle e cioccolata zuccherata

Questi dolciumi sono tra le principali cause della Carie soprattutto fra i bambini; orientiamoci quindi verso quelle prive di zucchero

### Merendine

Nei bambini e negli adolescenti è frequente il loro consumo; meglio quindi pane, latte e frutta: costano meno ed hanno un migliore valore nutrizionale

### Cibi omogeneizzati

Questi preparati, essendo morbidi, favoriscono maggiormente la Carie rispetto ai cibi solidi; i denti per mantenersi sani hanno bisogno di "allenarsi" con alimenti più consistenti; l'uso degli omogeneizzati dovrebbe pertanto essere limitato al periodo strettamente necessario

quindi risultare di fondamentale importanza un lavoro multidisciplinare bidirezionale basato sulla stretta interrelazione tra **Odontoiatra** e Nutrizionista; entrambi gli Specialisti hanno le competenze per valutare le conseguenze sistemiche e orali dei deficit nutrizionali e individuare le strategie terapeutiche idonee per la salute generale del Paziente. ●