

## ***DAI, ANDIAMO A LAVARCI I DENTI!***



Così come qualsiasi altro tipo di educazione, da quella sentimentale di flaubertiana memoria a quella civica e tante altre, l'educazione dell'igiene dentale dei bambini spetta innanzi tutto ai genitori. E bisogna iniziare molto presto, tra i 5 e gli 8 mesi, quando cioè spuntano i primi dentini. Anche se destinati a cadere, i denti da latte sani assicureranno una sana crescita dei definitivi e, soprattutto, abitueranno il bambino ad una corretta igiene orale che lo accompagnerà tutta la vita.

### **Spuntano i dentini: cosa fare?**

Durante la comparsa dei denti da latte (indicativamente tra i 5 mesi e i 2/3 anni), la bocca del bambino è molto delicata e sensibile. In questa fase sarà sufficiente passare di tanto in tanto una garza umida sui dentini e sulle gengive avendo cura di pulire al meglio.

### **Quando cominciare ad usare dentifricio e spazzolino?**

Verso i 3 anni, cioè quando tutti i denti da latte avranno fatto la loro comparsa e i bambini saranno capaci di sciacquarsi correttamente la bocca. Naturalmente, almeno per qualche tempo, l'operazione lavaggio denti va eseguita con la supervisione di un genitore, magari puntando sullo spirito di emulazione e facendo diventare la procedura una specie di gioco ed appuntamento fisso a due.

### **Quale spazzolino scegliere?**

Troverete in commercio un buon numero di modelli, in genere ripartiti per fasce d'età: 3-6 anni, 7-9 anni, 7+ anni, ecc. Questa ripartizione deve essere interpretata come indicazione e non come regola da osservare scrupolosamente. Quello che importa è che la misura della testina dello spazzolino sia adeguata alla grandezza della bocca del bambino. In ogni caso lo spazzolino ideale per qualsiasi dentatura dovrà essere soffice, multi-ciuffo e con l'estremità arrotondata per non creare irritazioni.



### **Quali dentifrici usare?**

Esistono dentifrici a basso contenuto di fluoro (e addirittura completamente senza fluoro) adatti ai più piccoli. E anche questi vanno utilizzati con parsimonia: una quantità della dimensione di un pisello sarà più che sufficiente. Una dose maggiore di dentifricio potrebbe risultare sgradevole al bambino e, addirittura, causare danni alla struttura dentale (fluorosi).

### **Quando accompagnare il bambino alla prima visita dentistica?**

Salvo eccezioni, il momento ideale per la prima visita di controllo coincide con la comparsa di tutti e 20 i denti da latte, cioè verso i 3 anni. A questa potrà far seguito, qualche tempo dopo, un'ulteriore visita per una prima pulizia ed un ulteriore controllo. Ma attenzione a non instillare nel bimbo aspettative o tantomeno paure: la visita odontoiatrica deve essere un'esperienza positiva. E sta proprio alla fantasia dei genitori trasformarla in un gioco!

