



# REGALA UN SORRISO AL TUO BAMBINO

Semplici gesti per prendersene cura

Da 6 a 14 anni  
Parte 2



## *Progetto di didattica sociale*

Studenti terzo anno nel Corso di Laurea in Igiene Dentale "Claudiana", Polo didattico distaccato "Università Cattolica del Sacro Cuore" di Roma:  
Sandra Seehauser, Elisabeth Mair, Elida Lamcja, Thomas Gallina, Serena Ruggeri, Barbara Messner, Tamara Conci, Giulia Lisciotta, Andrea Gallmetzer, Lisa Kaiser, Omar Munda, Sara Dalle Mule.

Coordinatori/tutori del progetto:  
Dott.Mag.Massimo Roperti -  
Dott.ssa Manuela Perli

Foto e grafica: Christian Kalsler



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore



[www.claudiana.bz.it](http://www.claudiana.bz.it)



6 ANNI



ALIMENTAZIONE



IGIENE  
ORALE



TRAUMI DENTALI  
E GENGIVITE



## 6 ANNI

Avviene il passaggio dalla dentatura da latte a quella permanente.

*Spunta il primo molare permanente, senza che nessun dente da latte venga perso.*

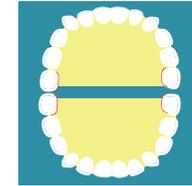
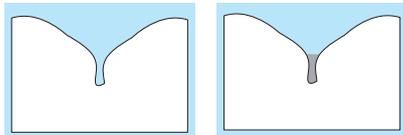
Essendo denti permanenti rimarranno per tutta la vita.

Bisogna porre particolare attenzione all'igiene orale:

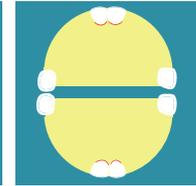
- in questo periodo è importante effettuare una visita dal dentista/igienista dentale
- si possono così intercettare precocemente eventuali malposizioni dentali o denti permanenti mancanti
- importante: *sigillature dei solchi*

I solchi si trovano sulla superficie masticatoria, sono difficili da mantenere puliti soprattutto se sono profondi.

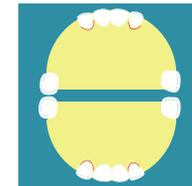
Le sigillature fungono da barriera meccanica impedendo ai batteri di danneggiare il dente e causare carie.



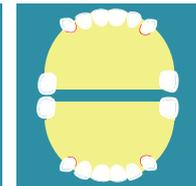
1° molari  
permanenti  
6 - 7 anni



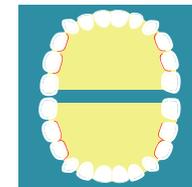
incisivi centrali  
7 - 8 anni



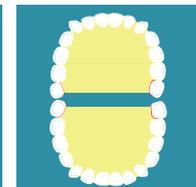
incisivi laterali  
7 - 9 anni



canini  
9 - 12 anni



premolari  
10 - 12 anni



2° molari  
11 - 13 anni



## ALIMENTAZIONE

Il genitore deve costruire delle sane abitudini affinché il bambino riesca a capire cosa fa bene e cosa fa male: importante perché avanzando con l'età inizierà a gestire in autonomia la propria alimentazione.

### **Alimenti che fanno bene ai denti:**

Tutti gli alimenti che necessitano di essere masticati a lungo aumentano la produzione di saliva: quest'ultima ripara, pulisce e protegge i denti e le mucose.

- i denti non amano i dolci: bevande e cibi zuccherati vanno dosati (piccole quantità) e mangiati solo raramente, meglio dopo i pasti principali
- se il bambino ha sete è preferibile dare acqua e tè senza zucchero
- i denti hanno bisogno di una pausa fra un pasto principale e un altro; evitare spuntini costanti durante la giornata

*Non è tanto la quantità di zucchero assunta a causare la carie quanto la frequenza!*

Alimenti amici dei denti:





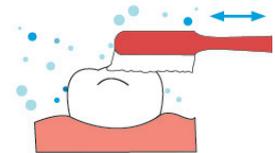
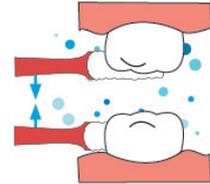
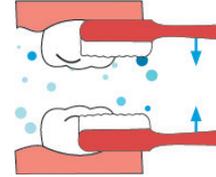
## IGIENE ORALE

*Lavarsi i denti almeno 2 volte al giorno: la mattina e prima di andare a dormire.*

- la *grandezza dello spazzolino* deve essere proporzionata alla grandezza della bocca del bambino.
- cambiare lo spazzolino o la testina dello spazzolino ogni 3 mesi.
- *apporto di fluoro*: utilizzare sempre un dentifricio adatto all'età del bambino, ad esempio dentifrici Junior.
- i denti che dondolano vanno puliti comunque! Non bisogna saltarli, si possono anche tenere fermi con un dito durante lo spazzolamento.
- spazzolare accuratamente la parte masticatoria del dente, dove sono presenti i solchi e le fessure.
- dai 6 ai 9 anni il genitore deve sempre controllare che il bambino abbia pulito bene ed eventualmente intervenire.
- *filo interdentale*: utilizzarlo a partire dai 6 anni con l'aiuto di un genitore.
- non si pretende che il bambino lo sappia utilizzare bene, è importante però avvicinarlo all'utilizzo dello stesso, con il tempo imparerà ad utilizzarlo nel modo corretto autonomamente.

La *tecnica di spazzolamento* cambia dai 6 ai 12 anni da semplici movimenti circolatori alla seguente tecnica:

*la testina dello spazzolino deve essere inclinata di 45° verso la gengiva. Effettuare piccoli movimenti vibratori per disagregare la placca ed effettuare poi un unico movimento dalla gengiva al dente (dal rosso al bianco) ruotando contemporaneamente lo spazzolino.*





## TRAUMI DENTALI

A partire dai 6 anni il bambino inizia a svolgere attività sportive.

Si possono verificare traumi a livello dentale, in seguito ad attività che il bambino svolge nel tempo libero oppure a scuola.

Esistono alcuni sport di contatto in cui le possibilità di cadere e fratturarsi un dente sono elevate (hockey, calcio, bici).

Il dente può fratturarsi in parte, può essere molto mobile o sensibile oppure può essere perso completamente.

### **Cosa fare?**

- NON buttare il pezzo di dente che si è staccato: esistono appositi contenitori in alternativa metterlo in un bicchiere contenente latte, saliva o soluzione fisiologica. Il dente deve rimanere in un ambiente umido.
- Contattare immediatamente il proprio dentista, è importante che si intervenga subito.

### **Come prevenire:**

- Utilizzare un bite (=paradenti) sportivo, i bambini che hanno altri tipi di apparecchi ortodontici mobili non devono utilizzarli durante le attività sportive.
- Il bite sportivo viene effettuato su misura dal dentista.





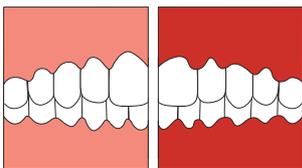
## GENGIVITE

*Infiammazione dei tessuti molli che circondano il dente*

La gengivite è la risposta del nostro organismo ad insulti esterni che possono essere *batteri* (a causa della scarsa igiene orale), *cambiamenti ormonali* (pubertà) oppure determinati *farmaci*.

### **Come si presenta?**

- Alterazione del colore della gengiva (da rosa a rosso)
- Gonfiore/aumento del volume gengivale
- Sanguinamento (spontaneo o provocato dallo spazzolamento)
- Dolore durante lo spazzolamento
- Alitosi (odore sgradevole)



La gengivite è completamente reversibile se adeguatamente trattata, attraverso una corretta e regolare igiene orale.

In caso contrario può evolvere in parodontite e portare alla perdita degli elementi dentari.

