

Lavarsi i dentini: quando cominciare?

Care mamme, è davvero così importante affannarsi su questa questione? Certo, perché se i denti non si lavano, si riempiono di carie...!?. Forse le cose non stanno proprio così, ma occorre spiegarsi meglio e ragionare sulle cause delle malattie dei denti...

Arriva, prima o poi, il giorno in cui una mamma decide di cominciare a presentare al suo bimbo spazzolino e dentifricio.

Così come arriva il giorno in cui la mamma, con gli occhi di chi le ha già tentate tutte, implora o impone al dentista di confermare al bimbo la necessità di lavare i dentini, se possibile con qualche accenno terrorstico sulle conseguenze del tenerseli così sporchi...

Le malattie che colpiscono i denti, almeno le più frequenti e conosciute, sono le carie e le malattie del sistema di ancoraggio del dente, il parodonto, di cui fa parte anche la gengiva. Come è noto, i bambini sono soggetti praticamente solo alle carie.

Quali sono le cause delle carie ?

La medicina di fine Ottocento, con Pasteur, aveva ipotizzato che ogni malattia si accompagna allo sviluppo di batteri, e che era possibile isolare da ogni tipo di malattia un tipo specifico di batteri, eliminando il quale anche la malattia sarebbe scomparsa. Da questo ragionamento si sarebbero diffuse la vaccinoterapia e poi l'antibioticoterapia.

Un dentista di fine Ottocento, S. C. Miller, divenne noto come colui che per primo definì la carie come una malattia dentale causata dalla perdita di sali minerali dai denti favorita dall'acidità prodotta dai batteri della carie. Questi batteri prolifererebbero e si nutrirebbero di residui prodotti dal consumo di alimenti dolci; da cui il famoso divieto "non mangiare troppe caramelle".

Se questa visione del problema poteva essere più che giustificata un secolo fa, oggi perde colpi da quando la ricerca medica ha volto la sua attenzione ai sistemi di controllo automatico dell'organismo (al sistema nervoso autonomo, in una parola), i quali regolano tutto, compreso il livello di minerali attaccati alle ossa e ai denti. Questo campo complesso e affascinante si chiama psico-neuro-endocrino-immunologia, ed è la nuova frontiera nella spiegazione dei meccanismi di salute e malattia.

Facendola breve, la psico-neuro-endocrino-immunologia ha scoperto che "non si muove foglia che il sistema non voglia": ossia che il sistema di controllo

dell'organismo è continuamente e completamente consapevole dello stato di debito o credito, cioè di malattia o di salute, di qualsiasi punto in qualsiasi parte del corpo. La malattia qualsiasi in un punto del corpo non corrisponde ad una svista del sistema; piuttosto il sistema ha calcolato che quella parte del corpo in questo momento della sua vita deve rimanere ammalata per un certo periodo di tempo, perché così conviene all'economia dell'organismo, in base alla somma algebrica di tutti i valori relativi a tutti i parametri corporei, che il sistema effettua in tempo reale. È un po' come se noi, disponendo di un capitale e di beni immobili, decidessimo che quest'anno ci conviene non effettuare il raccolto dei pomodori mandandolo piuttosto in malora. Questa decisione apparirebbe completamente illogica a chi non sapesse che quest'anno il prezzo dei pomodori è sceso al di sotto del costo di raccolta, per cui conviene non andare ulteriormente in perdita sprecando altro tempo e denaro...

Il sistema dunque, per delle logiche complicate che solo oggi cominciano ad essere studiate, programma ad esempio una demineralizzazione localizzata in un dente, ossia una carie.

Così come ippopotami, squali e coccodrilli sono circondati da pesci o uccelli che li ripuliscono dopo il pasto (i cosiddetti commensali) così i denti (e tutte le altre parti del corpo) hanno i loro commensali: i batteri. I batteri, dunque, lungi dall'essere inutili e dannosi, consentono invece al sistema di stare sempre pulito. I batteri aiutano anche il corpo a disfarsi di una parte che il sistema ha deciso di mandare al macero, temporaneamente o definitivamente.

Come fanno i batteri a sapere dove si sta concentrando un voluminoso boccone da mangiare?

Si fanno guidare dal fiuto che hanno per le sostanze chimiche, ad esempio acide (ad esempio dolci) che a loro piacciono tanto, e si concentrano lì dove è rimasto incastrato, ad esempio, un pezzo di panino. Ma - e qui sta il punto - non sono i dolci i principali e più frequenti responsabili di acidità, o perlomeno non direttamente.

Senza discutere qui dell'acidità localizzata prodotta a livello dentale da certe caratteristiche piezoelettriche dei minerali dentali, l'acidità della saliva, che è come dire del sangue, si produce maggiormente a causa di situazioni ansioso/depressive e di certi alimenti-spazzatura il cui consumo si accompagna tipicamente a questi stati di disagio.

Quante volte abbiamo sentito "mangi cioccolato? Allora carenza di affetto !"...

Ora che in gran numero arrivano gli emigranti, noi dentisti ci siamo abituati a vedere enormi e numerose carie nelle loro bocche. Curiosamente tutti dicono che, finché stavano a casa loro, non ne avevano quasi neanche una... io le chiamo le "carie dell'emigrante", so che si accompagnano agli stati depressivi che incontrano queste persone lontane dalla casa e dai loro affetti, e so che queste carie tendono ad

arrestarsi da sole se queste persone hanno l'opportunità di tornare a casa loro...

Ogni genitore sa se e perché il proprio figlio stia attraversando uno stato di ansia, depressione o angoscia, di solito legato ad eventi familiari che scatenano sensi di abbandono o di paura. Per "digerire" queste emozioni c'è bisogno di "dolcezza", spesso sotto forma di surrogato (dolci): i cibi dolci servono a rafforzare il circuito energetico della Milza che negli stati depressivi si trova sotto tono (o in Vuoto, come si dice in Medicina Tradizionale Cinese). Sfortunatamente questi cibi, se nell'immediato danno un senso di appagamento perché stimolano la produzione di endorfine (una specie di ormoni del piacere), una volta digeriti danno una reazione che innalza l'acidità del sangue (favorendo l'automantenimento dell'ansia), la quale mantiene l'individuo in un circolo vizioso di ansia/depressione.

E i denti dei bambini?

In quanto depositi di minerali, vengono usati per rifornire il sangue di quei minerali che servono per abbassare il tasso di acidità del sangue; perché loro?

Perché, essendo da latte, se anche si rovinano verranno sostituiti. Chi la pensa così è il sistema di controllo autonomo, il nostro ragioniere interno.

Ma allora come prevenire la carie nei bambini?

- prevenitene anzitutto la causa più forte: il senso di abbandono o di paura. Parlate e giocate con loro;
- se chiedono dolci, dategli frutta e tante carezze;
- per le carie che si sono già formate vanno bene i Sali di Schussler come il Complesso R della NAMED;
- il dentifricio? Meglio di no perché tendono a mangiarselo, e in tal caso fa tutt'altro che bene;
- e lo spazzolino? Avrete capito che in condizioni di normalità i denti si mantengono puliti da soli; in condizioni di malattia certo serve a poco spazzolarli, visto che il motore principale della carie non è all'esterno (residui di cibo) ma all'interno del dente (qualità chimico-fisica del sangue).

In un prossimo articolo spiegheremo perché le popolazioni con i denti più sani sono quelle che curano con attenzione la qualità della vita e dell'alimentazione... pur non conoscendo dentifricio e spazzolino!

di Andrea Di Chiara, odontoiatra

Presidente di AIPRO - Associazione Italiana per la Prevenzione della Respirazione Orale

Per ulteriori informazioni e per i consigli preventivi e terapeutici del caso invitiamo a consultare il sito dell'AIPRO - Associazione Italiana per la Prevenzione della Respirazione Orale,

www.aipro.info

27/8/2008 Redazione bambinonaturale