

Indicazioni di Fluoroprofilassi

Il fluoro è un valido alleato dei denti:

- infatti combatte i batteri e contrasta gli acidi che si formano su di essi,
- inoltre ne rinforza lo smalto, rendendolo più resistente contro l'azione della placca.

Il fluoro può essere somministrato sia in fase pre-eruttiva (prima della comparsa dei denti), sia in fase post-eruttiva.

- > Nella prima **fase pre-eruttiva** il fluoro arriva ai denti attraverso il sangue, intervenendo nella fase di formazione degli strati più profondi del dente, che diventerà, per questo, più resistente agli attacchi della placca. Ecco perché è importante assumerlo in maniera sistemica anche in tenera età.
- > Anche in **fase post-eruttiva** il fluoro è indispensabile, in quanto il dente è più esposto agli attacchi della carie. Il fluoro infatti facilita il processo di rimineralizzazione dei processi cariosi in fase iniziale e contrasta l'adesione dei batteri allo smalto.

La Fluoroprofilassi sistemica

La Fluoroprofilassi sistemica sta ad indicare due tipi di azioni che possono essere congiunte:

- 1 - l'assunzione di fluoro attraverso gli alimenti (dieta alimentare),
- 2 - l'assunzione diretta di fluoro tramite gocce o pasticche.

1 - L'assunzione di fluoro attraverso l'alimentazione

Il ruolo che l'alimentazione assume nei confronti della salute orale, ed in particolare della dentatura, è importantissimo. I maggiori responsabili della formazione della carie sono i carboidrati, in particolare non è rilevante tanto la loro quantità, quanto la loro frequenza di assunzione. Per questo è necessario dare delle nozioni di educazione alimentare ai bambini (e ai loro genitori).

È bene sapere che:

il fluoro è un elemento naturale, presente in numerosi alimenti con diversi gradi di concentrazione. Eccone alcuni:



pesce azzurro



spinaci



thè



sale fluorato

Il fluoro può essere presente anche nell'acqua potabile (il grado di concentrazione varia da zona a zona) e nell'acqua in bottiglia. Di seguito una tabella di facile lettura che riporta, tra le marche più conosciute, alcuni tipi di acqua in bottiglia con i relativi valori di concentrazione del fluoro (espressi in milligrammi per litro), e la classe di appartenenza;

TIPI DI ACQUE	CONCENTRAZIONE DI FLUORO	CLASSI
FERRARELLE - PANNA SAN PELLEGRINO - ULIVETO	maggiore di 0,7 mg/litro	5
BOARIO - LEVICO - LEVISSIMA	compresa tra 0,3 mg/l e 0,7 mg/l	4
LETE - SANGEMINI - TINNEA	minore di 0,3 mg/l	3
FIUGGI - GAIA - ROCCHETTA SAN BENEDETTO	tracce	2
VERA	assente	1



Uno dei modi per assumere fluoro è costituito quindi dal bere acqua. In molti paesi, soprattutto quelli Scandinavi, è prassi aggiungere fluoro all'acqua potabile (fluorazione delle acque). In molti casi purtroppo quest'azione di integrazione non è facilmente realizzabile, a causa di motivi idrogeologici e di distribuzione territoriale.

La quantità di fluoro presente nell'acqua, ottimale per garantire una buona difesa dalla carie, è di **1 mg/l**. In Italia la maggior parte delle acque potabili non contiene tale quantità, per questo si consiglia di assumere un supplemento di fluoro a tutti i bambini che bevono acque di categoria 4 o inferiori. (È possibile reperire informazioni sull'acqua potabile dell'acquedotto della propria zona presso l'ASUR di appartenenza).

2 - L'assunzione diretta di fluoro tramite gocce o pasticche

Le dosi di fluoro, da assumere per via orale, raccomandate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità per la popolazione italiana sono:

bambini **fino a 2 anni 0,25 mg** al giorno

bambini **dai 2 ai 4 anni 0,50 mg** al giorno

bambini **dai 4 ai 12 anni 1,00 mg** al giorno

L'integrazione, in **pasticche o gocce**, è necessaria fin dalla nascita, perché la quantità di fluoro presente nel latte materno è irrisoria, anche se la madre assume fluoro durante l'allattamento.

L'integrazione non è necessaria se si usa **sale da cucina fluorato**, se **l'acqua potabile è fluorata** (con valori di concentrazione del fluoro superiori o uguali a 0,7 mg/l), o se si fa uso di **acqua minerale con F>1,5 mg/l**.

È bene sapere che:

per i **bambini al di sotto dei 3 o 4 anni** di età, si consiglia di non usare affatto il dentifricio, o di usarlo in misura ridotta, in quanto essi tendono ad inghiottire piuttosto che a sputare, per cui, durante il lavaggio dei denti, si potrebbe verificare

un'assunzione incontrollata di fluoro attraverso il dentifricio fluorato ingoiato. La somministrazione di fluoro attraverso pastiglie o gocce resta l'unico modo per garantire la misurazione delle dosi necessarie in relazione all'età, al di sopra delle quali il fluoro in eccesso potrebbe essere tossico o dannoso (è il caso della fluorosi, cioè di quel fenomeno che causa lo scolorimento dello smalto, la formazione di macchie bianche ed un aumento della vulnerabilità dei denti, più soggetti all'erosione in caso di attrito);

- nei **bambini tra i 3 ed i 6 anni** di età il 50% del fluoro, assunto attraverso gli alimenti, viene eliminato attraverso le urine;
- per le **donne in gravidanza** è importante la somministrazione di dosi supplementari di fluoro dopo il primo trimestre, cioè quando iniziano a formarsi i tessuti duri dei denti del bambino. La dose consigliata per garantire un equo assorbimento tra madre e figlio è di 1 mg di fluoro nel secondo e terzo trimestre di gravidanza.

La Fluoroprofilassi topica

La Fluoroprofilassi topica **si attua applicando il fluoro direttamente sul dente**. Questa operazione può avvenire sia in ambito domestico che presso un centro specialistico.

Gli **interventi topici** possibili si attuano attraverso l'uso di:

- **dentifrici**

- **colluttori**

- **gel**

- **vernici**

- **gomme**

Anche se è ampiamente dimostrata la validità di tutti gli interventi topici, è preferibile che il fluoro venga applicato da **operatori esperti**.

Quando l'applicazione di fluoro avviene in studio, si opera in due modi: o attraverso l'**applicazione di una mascherina monouso** al termine della seduta di igiene periodica, oppure secondo il seguente procedimento:

1. effettuare una **visita di controllo** con analisi del caso,
2. prendere le **impronte delle arcate dentarie** e costruire i relativi **modelli in gesso**,
3. confezionare una **mascherina in silicone trasparente** da far indossare per un breve periodo della giornata o prima di andare a dormire, la mascherina è flessibile, morbida e semplice da usare,
4. applicare **fluoro ad alta concentrazione** all'interno della mascherina.

