

# GLI STUDI DENTISTICI DELL'ASSOCIAZIONE PER L'ODONTOIATRIA NATURALE E POPOLARE



## LA SENSIBILITÀ DEI DENTI

**M**oltissime persone accusano uno stato di sensibilità a livello dei denti, e spesso anche delle gengive. Questo disturbo è stimolato dal bere, soprattutto se si assumono bevande ghiacciate o bollenti, dal mangiare e dal respirare, in particolare d'inverno, quando l'inspirazione comporta l'entrare in contatto con l'aria fredda. Anche lo spazzolamento dei denti può provocare fitte di dolore, così non è raro che si instauri un circolo vizioso dovuto al fatto che la persona lava meno frequentemente o in tempi più rapidi e con minore cura i denti stessi, per cui si accumula la placca batterica, che danneggia lo smalto, provoca la formazione di carie e una condizione di malattia gengivale, tutte patologie che peggiorano la sensibilità dei denti. Sinché l'anatomia e lo stato di salute dei denti e delle gengive sono rispettati, concreti motivi per cui i denti siano sensibili non ci sono, ma quando lo smalto è lesa o consumato, per esempio dal bruxismo, e quando la gengiva e l'osso si ritirano, tutte condizioni che portano la dentina ad essere esposta, i denti facilmente diventano sensibili. In sintesi, si può affermare che la dentina è il tessuto interno, quello che sta sotto allo smalto, e se non è protetta dallo smalto risente del caldo, del freddo e dello spazzolamento perché queste sollecitazioni stimolano le terminazioni nervose, che altrimenti sarebbero protette. Presso gli studi dentistici ogni persona può trovare una soluzione, intanto agendo sulle cause (curando le carie, beneficiando di un bite in caso di bruxismo, sottoponendosi a terapie parodontali se c'è una sofferenza gengivale e facendosi curare con vere e proprie terapie che agiscono contro la sensibilità) e poi venendo informata ed istruita riguardo a tutto ciò che può fare a casa. Per esempio, il dentista può insegnare ad usare lo spazzolino giusto, il filo interdentale, lo scovolino: se il livello di igiene da scorretto ed insufficiente diventa sufficiente, già si può ripartire con nuove abitudini che non favoriscano le carie, il consumo dei denti e la sofferenza del parodonto. I dentifrici a base di fluoro sono utili. Poi, nello studio dentistico, l'odontoiatra stesso o l'igienista o altre figure, come il nutrizionista, possono consigliare quali siano gli alimenti e la dieta più idonei.

**DI SENSIBILITÀ DENTINALE CI SI OCCUPA PRESSO GLI STUDI DENTISTICI DELL' ASSOCIAZIONE PER L'ODONTOIATRIA NATURALE E POPOLARE A:**

**SONDRIO** in via Paribelli 3, tel. 0342 218256

**REGOLEDO DI COSIO VALTELLINO**, in via Nazionale 19, Tel. 0342 636583