CHE COSA È LA CARIE?

La carie dentale è tra le patologie più diffuse nel mondo e affligge un'ampia porzione della popolazione, causando gravi danni alla salute del cavo orale e non solo, e in genere, influenzando negativamente al benessere dell'individuo stesso. In sintesi **la carie dentale è un processo corrosivo del dente messo in atto da un acido**. Tale acido è prodotto da i batteri che aderiscono alla superficie del dente (**placca batterica**) e che si nutrono degli zuccheri contenuti nei residui di cibo ingeriti con l'alimentazione.

Inizialmente l'acido dissolve i minerali a base di calcio di cui è composta la superficie dei nostri denti, creando una lesione porosa che ospita i batteri. Se questa prima lesione non viene opportunamente e repentinamente curata, **l'acido continua la sua opera corrodendo lo strato duro esterno del dente (smalto) e penetrando nello strato interno meno duro (dentina)**. Proseguendo così, l'acido può corrodere il dente fino ad arrivare alla camera pulpare dove risiede il cosiddetto “nervo “ del dente che è il suo organo interno ed è tra l'altro responsabile della sensibilità dolorifica.

Il risultato è la necessità di ricorrere al dentista per cercare di risolvere il problema. Non bisogna infatti dimenticare che una lesione cariosa determina: il ristagno di materiale imputritito nelle sue cavità, cattivi odori (alitosi) e sapori, sensibilità al caldo, al freddo, al dolce e all'acido, dolore spontaneo al dente, alle zone circostanti, alla masticazione, gonfiore ed ascesso fino alla distruzione completa del dente e della sua radice. La sua cura comporta spese in termini di tempo e denaro ed è motivo di intervento quotidiano da parte del dentista. Più è grande la cavità cariosa più è difficile, lungo e costoso il trattamento, per cui è fondamentale prevenire o intercettare allo stadio iniziale le lesioni cariose.

Per intercettare le carie al loro stadio più precoce è necessario effettuare la **visita periodica** dal dentista (almeno un controllo l'anno). In pochi minuti e senza dolore è possibile attraverso un esame clinico e, a volte radiologico individuare in tempo le lesioni cariose alla loro insorgenza e curarle con tecniche mini-invasive. L'esame obiettivo viene generalmente effettuato con un piccolo strumento chiamato specillo, ed eventualmente con esami radiografici opportuni. Oggi l'esame può essere effettuato anche attraverso piccoli strumenti laser (diagnodent), in grado di rilevare i cambiamenti nella composizione minerale superficiale del dente anche nelle prime fasi della patologia cariosa. Questa visita permette di individuare il numero, la posizione e la gravità delle carie.

Oltre all'attenzione assoluta all'igiene orale ci sono delle caratteristiche strutturali dei denti che incidono sulla possibilità di formazione della carie, come ad esempio **i solchi accentuati** sulla superficie dei denti che comportano un maggior ristagno di residui alimentari e di batteri; o **l'affollamento dentario** che provoca la formazione di aree dentarie difficilmente raggiungibili con le normali manovre igieniche.

Quali misure preventive adottare ?

Innanzitutto **l'alimentazione**, la dieta deve essere equilibrata ricca di fibre e più povera di zuccheri semplici (**dolci**). Una alimentazione più povera di queste componenti rende più difficile la vita dei batteri cariogeni nel cavo orale. Essere sempre attenti all' **igiene orale domiciliare**, all'uso di

dentifrici al fluoro, filo interdentale e collutori specifici. Rendere più frequenti le **sedute di igiene dentale professionale**