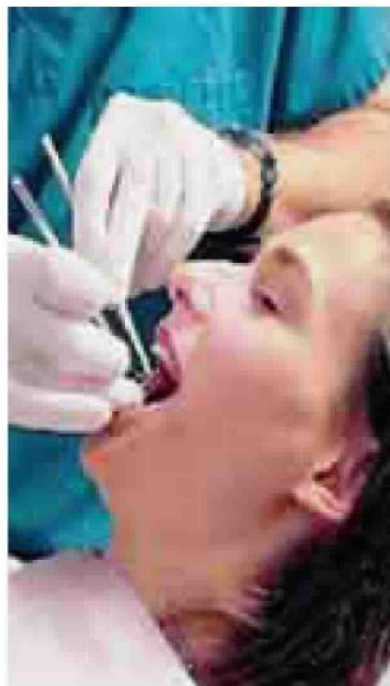


Cuore e arterie più sani se i denti sono ben puliti



Igiene orale contro l'infarto

Un sorriso sano e curato non ha solo una piacevole valenza estetica, ma può anche contribuire a prevenire alcune importanti patologie cardiovascolari.

Studi recenti hanno, infatti, ipotizzato che una corretta igiene orale quotidiana e professionale può abbattere significativamente il rischio di sviluppare trombosi, angina e infarto.

La relazione tra patologie del cavo orale e cardiovascolari nasce dalla proliferazione batterica che

una malattia cronica delle gengive può comportare e dal suo impatto sul sistema cardiocircolatorio.

«In un paziente con una parodontopatia cronica, come la piorrea, la carica microbica risulta molto elevata e i batteri possono entrare in circolo. La loro proliferazione provoca l'attivazione delle piastrine ematiche che, aggregandosi, formano i trombi che, a loro volta, si accumulano nelle arterie provocando l'infarto» spiega Alessandro Lualdi, responsabile dell'Unità Operativa di Cardiologia Invasiva 3, presso il Centro Cardiologico Monzino di Milano.

Inoltre, c'è un ulteriore aspetto che aggrava il rischio cardiovascolare. In pazienti affetti da parodontopatia, a causa della esagerata risposta infiammatoria, vengono espresse in modo smisurato le citochine pro-infiammatorie, tra le quali spicca la proteina C reattiva.

«È un valore ematico strettamente correlato all'infarto: maggiore è il valore della proteina C, maggiore è il rischio infartuale» sottolinea l'esperto. Pertanto, per evitare di innescare questa insidiosa reazione a catena, può risultare altamente protettivo sia il regolare ricorso all'igiene professionale, sia all'igiene orale quotidiana.

Ma cosa significa esattamente?

«Vuol dire prendersi cura della bocca nella sua globalità, dai denti alle gengive, senza dimenticare la lingua» spiega Luca Levrini, odontoiatra e docente di ruolo all'Università dell'Insubria. Basta utilizzare pochi strumenti, ma corretti, dopo i pasti principali, attendendo almeno mezz'ora per non aggredire lo smalto. Lo spazzolino, per esempio, è preferibile elettrico in quanto garantisce un'efficace rimozione meccanica della placca batterica, sia dentale, sia gengivale, non ottenibile con quello manuale: è importante, tuttavia, non usare i due strumenti con la stessa tecnica.

«Non bisogna sottovalutare lo spazio interdentale da trattare con filo e scovolino per gli interstizi più ampi, unitamente al collutorio che conclude efficacemente il trattamento. La lingua, poi, ricettacolo di batteri patogeni, deve essere spazzolata dalla base verso l'esterno» sottolinea lo specialista. Seguendo queste regole quotidiane, l'igiene professionale, da fissare almeno ogni 12 mesi, potrà concentrarsi sul tartaro che si forma fisiologicamente sotto la gengiva, rimuovibile solo con apposita strumentazione. ■ Daniela Mambretti

