



## Enpam e Andi insieme contro i falsi miti dell'igiene orale

Presentato uno studio internazionale della Fdi-World Dental Federation in occasione della Giornata mondiale della salute orale (Fotogramma) Lavarsi i denti subito dopo aver mangiato, sciacquarsi la bocca con l'acqua per liberarsi dal dentifricio e bere succhi di frutta pensando che siano meno dannosi delle bibite gassate: comportamenti diffusi, ma sbagliati.

Per contribuire a sfatare i falsi miti sull'igiene orale e offrire ai cittadini indicazioni corrette, Andi (Associazione nazionale dentisti italiani) e la sua Fondazione hanno organizzato a Roma presso la sede dell'Enpam (Ente nazionale di previdenza e assistenza dei medici e degli odontoiatri) un incontro per lanciare il messaggio 'Vivi sano.

Mantieni la tua bocca in salute', in occasione della Giornata mondiale della salute orale.

Nel corso dell'evento sono stati presentati i risultati di uno studio della Fdi-World Dental Federation, condotto in 12 Paesi su un campione di oltre 12 mila persone, per scoprire cosa sa la popolazione della salute orale e quali regole di comportamento adotta, così da sfatare le false credenze più diffuse.

Insieme ai rappresentanti di Fondazione Andi e Fondazione Enpam, all'iniziativa sono intervenuti anche rappresentanti del Cenacolo odontostomatologico italiano (Coi-Aiog), della Società italiana di patologia e medicina orale (Sipmo), della Commissione Albo odontoiatri (Cao) e dell'Università Sapienza di Roma.

Per il 56% degli intervistati - emerge dalla ricerca - lavarsi i denti appena finito di mangiare è una buona pratica; al contrario, gli esperti raccomandano di aspettare almeno 30 minuti dopo ogni pranzo prima di prendere in mano lo spazzolino.

Ancora: il 68% si sciacqua la bocca con l'acqua per togliere il residuo di dentifricio credendo di far bene, ma anche questo è un comportamento scorretto; l'indicazione è infatti di evitare il risciacquo con l'acqua, limitandosi a sputare il dentifricio in eccesso, perché in questo modo la massima esposizione al fluoro è assicurata.

Infine, il 36% pensa che i succhi di frutta siano meno dannosi delle bibite gassate, invece entrambi hanno un livello di zuccheri elevato e possono essere causa di carie, avvertono i dentisti.

Lo studio della World Dental Federation rileva che soltanto il 28% degli intervistati ha riconosciuto che per preservare la salute orale è importante bere alcol in maniera moderata.



Il 66% sa di dover evitare il fumo se non vuole avere problemi di salute orale e il 69% riconosce che consumare un consumo eccessivo di zuccheri è dannoso per la salute.

Il 77% del campione sa che è una buona abitudine fare una visita odontoiatrica una volta l'anno, ma poi solo il 52% dichiara effettivamente di farlo.

Per il 67% della popolazione presa in considerazione dalla ricerca è evidente che ci si debba sottoporre a visita del dentista dopo aver evidenziato segnali di cattiva salute orale; solo il 42%, però, dopo averlo fatto segue le indicazioni dell'odontoiatra.

"Una buona salute orale è molto più di un bel sorriso - dichiara Giovanni Evangelista Mancini, presidente di Fondazione Andi - Una scarsa salute orale è stata associata a una serie di patologie tra cui il diabete, le malattie cardiovascolari, il cancro al pancreas, la polmonite, l'Alzheimer".

"Comprendere sin dall'infanzia quali sono le buone abitudini da seguire - aggiunge Edoardo Cavallè, consigliere della Fdi e responsabile del gruppo di contatto che ha organizzato la giornata a livello globale - aiuta a conservare una salute orale ottimale fino alla tarda età garantendo una vita libera dal dolore e dal disagio emotivo spesso causato da problemi della bocca".