

Fluoro sì o Fluoro no? La FIMP dice sì.

La possibilità di somministrare fluoro ai bimbi è ancora fonte di discussioni e polemiche, nonostante l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) abbia detto sì e che anche il Governo italiano abbia aggiornato le Linee Guida relative alla salute dei denti e nel nuovo documento venga espressamente indicata l'utilità del fluoro sia per **prevenire la carie** sia per **favorire la crescita di denti sani**.

Quindi il fluoro è un sostanza utilissima e il suo uso determina una strategia vincente contro la carie, Bisogna però capire bene quale è il metodo di somministrazione migliore e quale il dosaggio. Vediamo, dunque, come tutelare la salute dei denti dei più piccoli riducendo i rischi, traendo consigli utili dalle Linee guida del Ministero della Salute.

Perchè ancora dei dubbi?

La carie si può combattere naturalmente grazie alla **saliva** e alla sua funzione supportata dalla presenza di calcio, fosfato e fluoro. Quest'ultimo è scientificamente riconosciuto come molto efficace come prevenzione. L'**assenza o la carenza di fluoro** è un **fattore di rischio** per la comparsa della carie. Esistevano però ancora dubbi su **come somministrare il fluoro**. La questione nasce dall'abitudine di molti dentisti e pediatri di prescrivere ai bambini fluoro, con lo scopo di rinforzare i denti. Negli ultimi anni alcuni studi hanno dimostrato che un'eccessiva dose di fluoro possa causare la **fluorosi dentale**, una patologia che si manifesta attraverso macchie chiare o scure sui denti e che può degenerare coinvolgendo anche l'apparato scheletrico. L'opinione prevalente oggi, tra i pediatri e dentisti, è che sia tutta una questione di **dosaggio**: un giusto apporto di fluoro rinforza lo smalto e ostacola la crescita dei batteri che provocano la carie..

Fluoro sì ma perchè?

Il fluoro svolge due effetti benefici per i denti. In primo luogo interviene nella formazione del tessuto dentale, assicurandogli robustezza e resistenza. E' poi in grado di contrastare l'azione dei batteri, tra cui, in particolare, lo **streptococco mutans**, implicati nello sviluppo delle carie.

Ma come e quando?

Si inizia a somministrarlo in gocce **a sei mesi di vita** e si si prosegue fino al momento in cui il bambino **impara a lavarsi** i denti in modo corretto, cioè spazzolandoli con cura e usando il dentifricio senza inghiottirlo. Di solito questa abilità non si raggiunge prima dei due anni e mezzo-tre anni. Ciò perché prima dei tre anni i bambini tendono a inghiottire il dentifricio. iniziando il lavaggio a tre anni si impedisce che il bambino ingerisca fluoro destinato a un uso locale, esponendosi al rischio di fluorosi.

Quindi va dato in gocce fino a tre anni

I bambini che vivono in regioni dove l'acqua dell'acquedotto è poco fluorata hanno una maggiore necessità di fare la profilassi con fluoro. I pediatri di famiglia dovrebbero conoscere la condizione dell'acqua del territorio ed è a loro, quindi, che ci si deve affidare per farsi consigliare per il meglio. In realtà, le acque di tutto il territorio italiano non contengono quantità di fluoro così alte da esporre al rischio di fluorosi un bambino che viene sottoposto a profilassi.

## Riassumendo

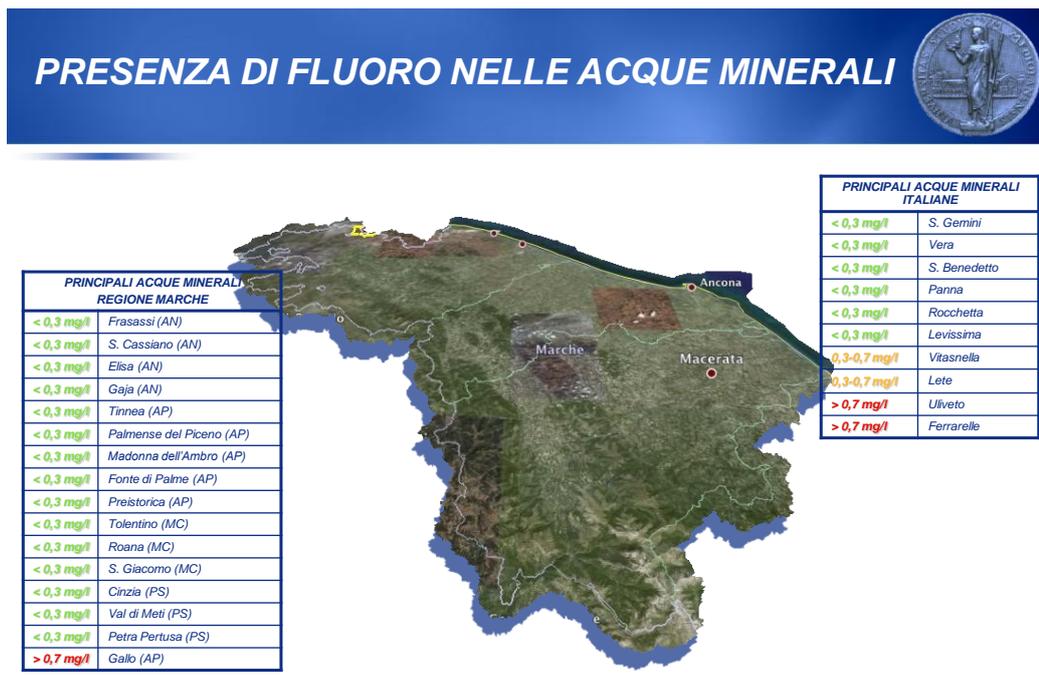
1. Dentifricio al fluoro in dose pea-size (misura di un pisello) da quando il bimbo impara a lavarsi i denti (tre anni) due volte al di con un dentifricio che contenga almeno 1000 ppm di fluoro 2 volte al di.
2. dai sei mesi ai tre anni invece la fluoroprofilassi può essere effettuata con l'uso di 0,25 mg/die di fluoro in gocce
- 3.
4. dai tre ai sei anni solo se lo dice il pediatra si aumenta la dose a 0,50.

Ma la carie si previene solo con il fluoro?

No sono necessari:

- igiene con lavaggi frequenti
- evitare sostanze zuccherate tra un pasto e l'altro.

Si riporta sotto il contenuto in fluoro delle principali acque minerali marchigiane ed italiane; come si può notare il quantitativo può essere molto diverso da prodotto a prodotto.



19

Nome commerciale; lone F (mg/l)

VERA assente ACETOSELLA 0,22 S.BENEDETTO tracce ACQUA DELLA MADONNA 0,60 GAIA tracce ACQUA DI NEPI 1,90 ROCCHETTA tracce ACQUA SACRA 1,00 FIUGGI tracce ANTICA FONTE BOARIO 0,58 AQUA 0,08 APPIA 1,20 PARAVITA 0,10 AQUA 0,08 LETE 0,10 ARGENTINA 0,44 TINNEA 0,16 BOARIO TERME 0,45 SOVRANA FEJA 0,17 CAPANNELLE 0,86 TESORINO 0,19 CLAUDIA 2,10 FAITO 0,20 EGERIA 1,60 ACETOSELLA 0,22 FAITO 0,20 SANGEMINI 0,26 FAUSTA BOARIO 0,70 S.CARLO SPINONE 0,28 FERRARELLE 0,70 LEVISSIMA 0,30 FIUGGI tracce FLAMINIA NOCERA UMBRA 0,35 FLAMINIA NOCERA UMBRA 0,35 LEVICO TERME 0,40 FONTE CHIARA 0,42 FONTE DI PALME 0,40 FONTE DI PALME 0,40 PETRA PERTUSA 0,40 FONTE LIDIA 1,85

FONTE CHIARA 0,42 FUCOLI 1,90 ARGENTINA 0,44 GAIA tracce BOARIO TERME 0,45 IDREA 0,72  
TRAFICANTE 0,50 IRNO 0,73 S.ANDREA 0,57 ITALIA 0,60 ANTICA FONTE BOARIO 0,58 LETE 0,10 S.ELENA  
CHIANCIANO 0,60 LEVICO TERME 0,40 ACQUA DELLA MADONNA 0,60 LEVISSIMA 0,30 ITALIA 0,60 MAXIMA  
0,83 FERRARELLE 0,70 MONTECATINI TERME 1,40 TOKA 0,70 MONTICCHIO 0,80 FAUSTA BOARIO 0,70  
PANNA 0,98 S.PELLEGRINO 0,70 PARAVITA 0,10 IDREA 0,72 PETRA PERTUSA 0,40 IRNO 0,73 REGINA 0,92  
MONTICCHIO 0,80 ROCCHETTA tracce MAXIMA 0,83 S.ACQUA CHIANCIANO 2,00 CAPANNELLE 0,86  
S.ANDREA 0,57 REGINA 0,92 S.BENEDETTO tracce PANNA 0,98 S.CARLO SPINONE 0,28 SANTAGATA 0,99  
S.ELENA CHIANCIANO 0,60 ACQUA SACRA 1,00 S.LUCIA 1,65 APPIA 1,20 S.PAOLO 2,40 ULIVETO 1,40  
S.PELLEGRINO 0,70 MONTECATINI TERME 1,40 SANGEMINI 0,26 EGERIA 1,60 SANTAGATA 0,99 S.LUCIA  
1,65 SOVRANA FEJA 0,17 FONTE LIDIA 1,85 TESORINO 0,19 FUCOLI 1,90 TINNEA 0,16 ACQUA DI NEPI 1,90  
TOKA 0,70 S.ACQUA CHIANCIANO 2,00 TRAFICANTE 0,50 CLAUDIA 2,10 ULIVETO 1,40 S.PAOLO 2,40 VERA  
assente