

La Salute del cavo orale e la prevenzione delle patologie

Informazioni per i Genitori e gli Educatori di Persone con Autismo

Premessa

Le principali malattie del cavo orale, carie e malattie delle gengive, sono causate dall'accumulo di microbi sui denti quando l'igiene orale quotidiana è insufficiente. Queste malattie, se non prevenute, necessitano di cure odontoiatriche, spesso con sedazione o anestesia generale nelle persone non collaboranti. Le stesse malattie, se non curate, possono causare dolore, ascessi e perdita dei denti. Le malattie delle gengive possono anche avere effetti negativi sulla salute generale, in particolare sul diabete e sulle patologie cardiovascolari.

Suggerimenti

- Si suggerisce ai genitori e agli educatori di insegnare alle persone con autismo le corrette metodiche di pulizia dei denti con video, linguaggio aumentativo, e training diretto.
- Si suggerisce di rinforzare frequentemente il training
- E' opportuno anche aiutare le persone con autismo a lavare bene i denti, "ripassando" lo spazzolino, almeno alcune volte alla settimana, dopo l'igiene della persona stessa.
- Si suggerisce di affidare le persone con autismo a un Dentista e a un Igienista di "famiglia" per visite e controlli regolari
- Questi controlli servono a intercettare le malattie orali precocemente e a pulire professionalmente i denti alcune volte all'anno.
- Si suggerisce ai genitori e agli educatori di controllare che le persone con autismo seguano le regole di prevenzione sotto indicate.

Prevenzione delle malattie del cavo orale

La prevenzione di carie e gengivite si fonda innanzitutto sulla corretta e costante **pulizia dei denti**

- Lava i denti ogni giorno dopo colazione e dopo cena per almeno 2 minuti
- Attendi 20-30 minuti dopo i pasti prima di lavare i denti
- Usa dentifrici a base di fluoro o antiplacca
- Usa preferibilmente spazzolini elettrici, ma anche gli spazzolini manuali sono efficaci
- Ricorda di spazzolare tutte le superfici, incluse quelle interne dei denti

Una **sana alimentazione** è fondamentale per la salute dei denti e delle gengive

- Limita il consumo di cibi e bevande ricche di zuccheri
- Evita di consumare sostanze ricche di zuccheri in modo continuo durante la giornata
- Se l'assunzione di zuccheri è necessaria per motivi medici o farmacologici, pianifica la corretta assunzione con il tuo dentista
- Favorisci una alimentazione bilanciata con frutta e verdura

Altri **fattori** che contribuiscono alle malattie del cavo orale

- Se i genitori hanno malattie delle gengive i figli possono essere predisposti geneticamente
- Il fumo aumenta il rischio delle malattie gengivali
- Il diabete aumenta il rischio delle malattie gengivali
- Chi ha già avuto carie ha un rischio elevato di svilupparne altre