

A. I.C.; Russare, respirare a bocca aperta può far venire la carie?



Roma. Russare o respirare a bocca aperta può far venire la carie? Recenti studi scientifici affermano che chi russa per buona parte della notte o respira a bocca aperta porta a un calo del pH del cavo orale che mette a rischio lo smalto e facilita la comparsa delle lesioni cariose. L'Accademia Italiana di Odontoiatria Conservativa e Restaurativa (AIC), sottolinea che il rischio è consistente soprattutto in chi soffre della cosiddetta sindrome delle apnee ostruttive notturne (OSAS), e che trascorre gran parte della notte respirando in modo incostante. Inoltre, il pericolo aumenta ancora di più se si parla dei bambini: il 15% dei più piccoli, di notte, passa l'80% del tempo respirando a bocca aperta per colpa di frequenti raffreddori e allergie. "Il nostro organismo è strutturato in modo che la respirazione avvenga dal naso, quando non succede nell'ambiente del cavo orale si crea uno squilibrio pericoloso – spiega il Prof. **Lorenzo Breschi**, Presidente AIC e Professore Ordinario di Odontoiatria Conservativa presso l'Università di Bologna – Infatti, il fisiologico pH del cavo orale cala in modo significativo portando ad un netto aumento dell'acidità della bocca: un ambiente più acido e un pH basso favoriscono l'erosione e l'indebolimento dello smalto, anticamera dello sviluppo della carie". Numerosi studi su adulti e bambini hanno confermato i rischi associati ad una scorretta respirazione in quanto lo squilibrio del pH intra orale dovuto alla ridotta capacità di neutralizzare un ambiente acido porta alla distruzione dei tessuti dentali esistenti così come dei materiali utilizzati per il loro restauro. "Il rischio di sviluppo della patologia cariosa è aumentato di oltre il 37% rispetto ai soggetti che non soffrono di disturbi respiratori – aggiunge Breschi – Respirare a bocca aperta infatti "asciuga" il cavo orale. Il continuo passaggio di aria all'interno della bocca secca le mucose facendo evaporare il sottile strato protettivo di saliva che, grazie a enzimi antibatterici, anticorpi e sali minerali in essa contenuti assicura con il suo flusso regolare una buona detersione delle superfici dentali, il bilanciamento del pH e, di conseguenza, la remineralizzazione dello smalto. La saliva inoltre ha il compito di contrastare i batteri che producono gli acidi: la secchezza orale quindi contribuisce a far salire i livelli di acidità e parallelamente altera la flora batterica orale, favorendo oltre alle carie anche la comparsa di irritazioni, stomatiti, afte e infiammazioni gengivali". La maggiore prevalenza di lesioni cariose e di infiammazione gengivale è stata riportata da diverse ricerche condotte sui bambini che mostrano come respirare male di notte, per esempio per colpa di allergie e asma, aumenta notevolmente la percentuale di esperienza di

carie sui denti decidui. “Per evitare conseguenze sulla salute orale è perciò molto importante risolvere i disturbi che compromettono una buona respirazione durante il sonno sia negli adulti che nei bambini – sottolinea Breschi – Spesso, purtroppo, il 75-80% dei casi di patologie del sonno non viene diagnosticato, sarebbe invece essenziale riconoscere il problema per risolvere non solo i disturbi della respirazione e ridurre i rischi cardiovascolari ad essi correlati , ma anche per ridurre i rischi per la salute dei denti”.

Comunicato - 05/04/2018 - Roma - www.cinquerighe.it