

PROFILASSI

## Addio al ciuccio



La maggior parte dei bambini fa molta fatica a dire addio al ciuccio. Gli esperti consigliano di procedere gradualmente. (Foto: Adobe Stock)

**Il ciuccio è una gran bella cosa: tranquillizza i piccoli e nel contempo evita che succhino il pollice. Al più tardi a tre anni, però, i bambini dovrebbero gradualmente abbandonare il ciuccio, soprattutto per il bene dei loro denti.**

Il ciuccio aiuta i genitori a mantenere la calma, non per niente in America lo chiamano «pacifier», ossia pacificatore. Ai piccoli, invece, il ciuccio dà conforto e placa il riflesso della suzione. Di fatto è un utile compagno per tutte le famiglie, se si considera che l'80% dei bambini sente il bisogno di succhiare un ciuccio, il pollice, un animale di pezza o un lembo di stoffa. Tra tutte queste possibilità, il ciuccio è la migliore – spiega Jan Danz della Società svizzera di ortopedia dento-facciale – poiché «far perdere al bambino l'abitudine di usarlo è senz'altro più facile che disabituarlo alle altre scelte».

Ma perché mai bisognerebbe spingere un bambino a smettere di succhiare il ciuccio o il pollice? Per evitare che i denti si spostino! Se i denti non si trovano nella posizione in cui dovrebbero essere, infatti, i piccoli fanno fatica a mangiare e a parlare. Le malposizioni dei mascellari, come il morso aperto anteriore (troppo spazio tra i denti dell'arcata superiore e quella inferiore, per cui gli

>> Continua a pagina 2

---

**> 1/2** Circa la metà dei bambini e degli adolescenti è vittima di un infortunio ai denti. Per salvare il dente occorre lasciarlo nella posizione in cui si trova se vacilla o se è spostato, mentre se è fratturato o è uscito completamente dall'alveolo, bisogna cercare il pezzo di dente che si è staccato. Una volta trovato, non afferratelo dalla parte della radice e non pulitelo, ma mettetelo in un po' di latte freddo e andate immediatamente dal dentista! Se il vostro medico dentista non è raggiungibile, rivolgetevi a quello del servizio urgenze dentarie della SSO: [www.sso.ch](http://www.sso.ch).

>> Continua da pagina 1

incisivi superiori non coprono gli incisivi inferiori), impediscono ai bambini di mordere il cibo e nei soggetti di tre anni sono prevalentemente da ricondurre all'abitudine di succhiare il ciuccio o il pollice. Tuttavia, «chi smette di succhiare il ciuccio, la copertina, il dito ecc. prima dell'eruzione dei denti permanenti, ha buone possibilità che le malposizioni regrediscono senza lasciare danni permanenti», tranquillizza l'ortodontista Jan Danz, che consiglia di ridurre questa abitudine tra i tre e i quattro anni, in modo da permettere al bambino di perderla del tutto. Usare meno il ciuccio favorisce anche lo sviluppo del linguaggio: se i bambini parlano con il ciuccio in bocca, acquisiscono tecniche errate nell'imparare a parlare.

### Meno ciuccio

Versi gli otto mesi, il bisogno di suzione di un bambino non è più così accentuato, per cui il tempo da dedicare al ciuccio può essere gradualmente ridotto. I genitori non dovrebbero proporre il ciuccio al piccolo, ma aspettare piuttosto che sia lui a chiederlo. Quando il bambino non usa il ciuccio, lo può riporre in una scatola o fargli «fare la nanna». Non vedendolo, il piccolo non è tentato di succhiarlo solo per noia. I

genitori potrebbero accordarsi con il bambino su dove e quando può usare il ciuccio, per esempio quando è nel passeggino, a letto o in macchina, oppure quando si fa male.

### Un rituale di separazione

Gli specialisti sconsigliano sia di far sparire il ciuccio, sia di cospargerlo con gel dai gusti nauseanti per far perdere velocemente al bambino l'abitudine di succhiarlo. Prima o poi, infatti, dopo una serie di separazioni più o meno lunghe,



i bambini riescono a dare definitivamente l'addio al ciuccio. Per molti, però, si tratta di un passo molto difficile al quale andrebbero preparati. Nella migliore delle ipotesi dovrebbero scegliere loro quando farlo. Molte famiglie inventano una specie di rituale per dare l'addio al ciuccio: lo affidano alla fatina del ciuccio, a San Nicolao o al coniglietto di Pasqua e in cambio il bambino riceve un regalo. Altre famiglie costruiscono una zattera sulla quale mettono il ciuccio che se ne va via con la corrente, oppure lo sotterrano in un punto del giardino in cui nottetempo crescerà un alberello con un regalo. Ci sono genitori che fanno credere al piccolo che un altro bambino riceverà il suo ciuccio perché ne ha urgentemente bisogno oppure che lo spediscono a una persona che poi manderà un regalo. I bambini apprezzano inoltre anche gli alberi dei ciucci, ai quali molti attaccano il loro ultimo ciuccio.

Dopo i tre-quattro anni, i bambini fanno più fatica a perdere l'abitudine di succhiare il ciuccio o il pollice, ma il peggio è che spesso devono farsi correggere le malposizioni dei denti permanenti da un dentista specializzato.

I rituali come appendere il ciuccio a un apposito alberello rendono tutto più semplice. (Foto: Jan Danz)

## IL TURISMO ODONTOIATRICO

# Cure dentarie all'estero

**Il 22 per cento dei pazienti che vivono in Svizzera si è già rivolto almeno una volta a un medico dentista all'estero. Dal sondaggio condotto recentemente su scala nazionale dalla Società svizzera odontoiatri SSO emerge però che il turismo odontoiatrico non è privo di rischi.**

Il 22 per cento delle persone interpellate quest'anno dalla SSO si è già sottoposto almeno una volta a cure dentarie all'estero. Circa la metà degli intervistati è composta dai turisti odontoiatrici, che cercano di approfittare del presunto risparmio delle cure dispensate in paesi come l'Ungheria o la Thailandia, dove diversi operatori si sono specializzati in questa forma di turismo. Anche chi vive in prossimità del confine, soprattutto in Ticino e in Romandia, sembrerebbe attratto dal turismo odontoiatrico. Nel canton Gine-

vra, quasi una persona su due interpellata nell'ambito del sondaggio si è già sottoposta a cure dentarie in Francia.

Non tutte le cure all'estero sono però da ascrivere al turismo odontoiatrico: i migranti (30%) sono i pazienti che si sottopongono a cure dentarie nel loro paese di origine o in quello in cui hanno una seconda casa, mentre ben un quinto degli interpellati si è dovuto rivolgere a uno studio dentistico all'estero per un'urgenza.

### Si sottovalutano i rischi

Le cure dentarie all'estero non sono prive di rischi. Oltre all'inesistente sicurezza giuridica, a rappresentare un rischio sono soprattutto i trattamenti di una certa portata: gli interventi vengono infatti eseguiti in pochissimo tempo e non tengono sufficientemente conto del naturale processo di guarigione. Un paziente su sette che vive in Svizzera e che si è rivolto almeno una volta a un dentista all'estero contesta le prestazioni odontoiatriche ricevute. Le critiche riguardano soprattutto la cattiva qualità dei trattamenti, che hanno causato ulteriori cure in Svizzera, ma spesso anche un'igiene insufficiente e problemi di comprensione dovuti al fatto che il paziente non parlava la lingua del luogo. Tra chi si è rivolto almeno una volta a un dentista all'estero, una persona su tre non intende più ripetere l'esperienza.



Grazie all'operazione, Samira ha riacquisito la vista.

(Foto: CRS, Remo Nægeli)

PROGETTI DI AIUTO

## Ritrovare la vista grazie ai denti d'oro

Un dente d'oro che non serve più non ha praticamente alcun valore per il suo proprietario, ma può essere preziosissimo per una persona che in Africa o in Asia ha perso la vista: grazie all'oro dei denti, ogni anno la Croce Rossa Svizzera (CRS) esegue circa 4'000 operazioni agli occhi e 60'000 esami della vista nelle scuole in Africa e in Asia.

Samira ha otto anni e vive in un piccolo villaggio del Ghana. Dalla nascita soffre di cataratta: la sua vista peggiora di giorno in giorno e, a causa del cristallino opaco, fatica ad affrontare la vita quotidiana. Fortunatamente un giorno alcuni volontari della Croce Rossa sottopongono Samira a un esame della vista, scoprono il suo problema e la mandano da uno specialista, che la opera a entrambi gli occhi. Questa operazione ha cambiato la vita della piccola, che ora può di nuovo giocare con gli altri bambini e andare a scuola, il che, in futuro, le permetterà di trovare un lavoro.

### Tutto grazie all'oro dei denti

I genitori di Samira non avrebbero mai potuto permettersi questa operazione, che è stata possibile grazie all'oro vecchio raccolto in Svizzera. I pazienti dei medici dentisti, infatti, hanno regalato l'oro delle loro corone e otturazioni, che i dentisti hanno spedito, in apposite buste, alla CRS.

Con queste donazioni, in diversi paesi la CRS forma specialisti e volontari locali che, grazie a questa formazione, sono in grado di sottoporre a esami della vista gli abitanti, di informarli sulle malattie agli occhi e, se necessario, di curarli. La CRS fornisce le attrezzature mediche e organizza campi mobili nelle regioni discoste, in cui gli oculisti operano le persone, ridando loro la vista. Ciononostante, sono ancora moltissime le persone che hanno bisogno di aiuto: nel mondo si contano circa 36 milioni di ciechi e 217 milioni di persone con disabilità visiva. La maggior parte di loro vive nei paesi più poveri.

**Se desiderate sostenere il lavoro della CRS e ridare la vista a una o più persone donando il vostro oro dei denti, comunicatelo al vostro medico dentista. Da molti anni, infatti, la Società svizzera odontoiatri SSO è partner di questo progetto e lo sostiene attivamente.**

Non avete otturazioni d'oro da donare? Nessun problema: la CRS accetta anche i gioielli che non usate più o offerte in denaro. Per ulteriori informazioni: [www.redcross.ch/orovecchio](http://www.redcross.ch/orovecchio)



Samira durante la visita di controllo dall'oftalmologo. (Foto: CRS, Remo Nægeli)

### Offerte in denaro

Per un'operazione a un occhio bastano 50 franchi.

**Potete donare 50 franchi scrivendo un SMS al 464 con la parola chiave «Blind 50».**

Conto postale 30-9700-0;  
menzione «Donare la vista»  
Online [www.redcross.ch/cecita](http://www.redcross.ch/cecita)

## Di tutto un po'

### Che ciuccio scegliere?

Gli ortodontisti consigliano i ciucci piatti e larghi. Non è tuttavia dimostrato che la forma del ciuccio possa influire sulla necessità, più avanti negli anni, di sottoporre il bambino a una terapia ortodontica. Il ciuccio non dovrebbe comunque contenere bisfenolo A.

### SSO-jobs.ch

La SSO ha un portale dedicato ai posti di lavoro negli studi medico dentistici. Sul sito [sso-jobs.ch](http://sso-jobs.ch), chi ha terminato la scuola dell'obbligo ed è alla ricerca di un posto di tirocinio o chi ha una formazione nel settore, per esempio come assistente dentale o odontotecnico, trova informazioni sui posti di lavoro vacanti e può registrarsi come persona alla ricerca di un impiego.

### Scienza imparziale

Alcuni ricercatori della Harvard University hanno scoperto che nel secreto del naso si trovano batteri utili al corpo che rafforzano il sistema immunitario e che proteggono anche i denti. Ciononostante, la SSO rinuncia a emanare una raccomandazione al riguardo.

### Attenzione alla pressione

Spesso, con lo spazzolino, si esercita troppa pressione sui denti e sulla gengiva. Soprattutto in caso di problemi alle gengive o di denti sensibili, è quindi opportuno spazzolare delicatamente denti e gengiva. Un consiglio: tenere lo spazzolino come una matita, ossia con tre dita. Così facendo, si esercita automaticamente meno pressione.

### E-news dalla SSO

Come la vede la SSO sui temi di politica sanitaria? Ci sono novità in seno alla SSO? Più volte all'anno, la SSO invia una newsletter elettronica e cinguetta regolarmente. Abbonatevi alla newsletter direttamente dal sito [www.sso.ch](http://www.sso.ch) e seguite @SwissDental-Assn.

Per ulteriori informazioni su questi temi: [www.sso.ch](http://www.sso.ch)

LA SSO

# Soddisfatti del proprio medico dentista

Dal sondaggio pubblico condotto quest'anno dalla SSO risulta che il 97% dei pazienti è soddisfatto del proprio medico dentista SSO. Questa soddisfazione si riflette anche nel numero esiguo di reclami inoltrati, a livello svizzero, alle commissioni arbitrali della SSO.

Non siete d'accordo con la fattura del vostro medico dentista? Non siete soddisfatti dell'esito delle cure? Se al termine del confronto diretto con il vostro dentista non siete riusciti ad accordarvi, potete rivolgervi alla commissione arbitrale della SSO, a patto che il vostro medico dentista sia membro della SSO. Questa commissione aiuta a dirimere i conflitti tra dentisti e pazienti, fornisce una consulenza specialistica ai pazienti e valuta i casi in maniera oggettiva.

### Le commissioni arbitrali della SSO

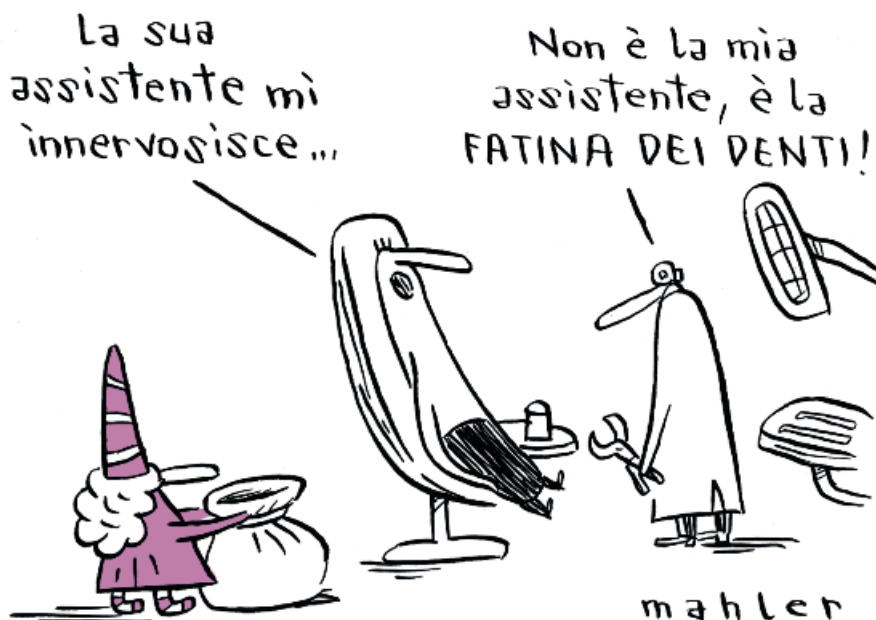
Fortunatamente, i pazienti hanno bisogno di contattare le commissioni arbitrali SSO solo di rado. Nel 2016, in tutta

la Svizzera i reclami sono stati 317, pari a 0,09 reclami per medico dentista SSO, espresso diversamente, a 0,015% reclami per paziente.

La SSO si prefigge di mantenere alto il livello della qualità delle prestazioni odontoiatriche e di ridurre ulteriormente il numero dei reclami. A tale scopo è fondamentale che il medico dentista e il paziente comunichino in maniera chiara, in modo da evitare qualsiasi malinteso e controversia.

Sul sito [www.sso.ch](http://www.sso.ch) > Pazienti > Aspetti legali trovate le persone di contatto delle commissioni arbitrali della SSO.

CARTOON



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft  
Société suisse des médecins-dentistes  
Società svizzera odontoiatri  
Swiss Dental Association

# SSO

I nostri dentisti.

Impressum Commissione centrale d'informazione, Olivier Marmy / Servizio stampa e d'informazione SSO, casella postale, 3000 Berna 8 Redattrice responsabile Rahel Brönnimann  
Ideazione grafica Atelier Richner, Berna Layout Claudia Bernet, Berna Stampa Stämpfli AG, Berna  
Copyright SSO