

TESTATA: PiusaniPiuBelli.it
DATA: 21 marzo 2016



<http://www.piusanipiubelli.it/salute/curarsi/paradontite-diabete-legame-da-conoscere-combattere.htm>

Studio Odontoiatrico Gualtieri
Responsabile Comunicazione - Federica Petrucco Tel. 333 5982090
Press Office - Gerardo Mauro - Pierluigi Di Monaco
Tel. 328 8498120 - 328 8711115

Paradontite e diabete: un legame da conoscere e combattere

Che cos'è la malattia parodontale? Quali i suoi sintomi? In che misura incide sulla patologia cronica? Lo specialista ci aiuta a fare chiarezza, indicandoci anche come mantenere denti e gengive sane!



Con la consulenza del **Dott. Jacopo Gualtieri**, odontoiatra membro dell'EAO (*European Association for Osseointegration*), specializzato in implantologia e rigenerazione ossea, opera tra Lucca e Milano.

Patologia cronica definita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità "l'epidemia dei primi venticinque anni del terzo millennio", il diabete richiede interventi continui per prevenire o ridurre le complicanze con cui è collegato: da quelle cardiovascolari a quelle neurologiche, oculari, renali e dentali.

Lo scorso novembre, durante il *Joslin Diabetes Center*, il simposio internazionale che riunisce i maggiori esperti della malattia, i ricercatori provenienti da ogni parte del mondo sono giunti unanimemente alla conclusione secondo cui una dieta ricca di antiossidanti, veri e propri elisir per il nostro organismo, come, ad esempio, la vitamina C, possano aiutare a ridurre l'incidenza e a combattere l'insorgenza dei problemi a essa legati. Tra questi, anche la paradontite che la Società Italiana di Parodontologia (Sidp), segnala come la "sesta complicanza del diabete".

"Gli antiossidanti sono ottimi alleati per combattere diabete e paradontite – dichiara il **dott. Jacopo Gualtieri**, odontoiatra, specializzato in implantologia e rigenerazione ossea -. In particolare il nostro organismo necessita quotidianamente di almeno 80/90 mg di vitamina C, il quantitativo presente in un'arancia".

Se la prevenzione rimane indubbiamente l'arma migliore per contrastare l'incidenza delle due patologie, anche i professionisti delle cure dentali devono essere coinvolti nel trattamento dei pazienti diabetici insieme a diabetologi, nutrizionisti e medici di [base](#) “non solo in merito alla [cura](#) delle malattie parodontali, ma soprattutto informando ed educando i pazienti, fin da piccoli, sull'importanza di una corretta igiene orale, che insieme alla sana alimentazione, all'attenzione al peso corporeo e all'attività fisica quotidiana sono elementi importanti per un buon controllo glicemico”.

Ma che cos'è la malattia parodontale?

Si tratta di una grave infezione che danneggia sia l'osso sia le gengive intorno ai denti, tanto da rappresentare il problema orale più comune nelle persone affette da diabete. Ad aumentare le probabilità di sviluppare la patologia sono proprio gli alti livelli di glucosio depositati nel fluido intorno ai denti e sotto le gengive. Una delle tipologie più comuni di parodontite è la **gengivite**, che si manifesta quando i batteri si accumulano tra i denti e le gengive, generando un'inflammatione che a sua volta può aumentare il rischio di malattie cardiache. **Se non trattate in tempo, le infiammazioni possono peggiorare causando la perdita di tessuto osseo, il collasso della gengiva e la possibile perdita dei denti.**

Quali sono i segnali più comuni?

- sanguinamento delle gengive;
- gengive gonfie o di colore rosso scuro;
- spostamento, movimento o perdita dei denti;
- alito pesante nonostante l'utilizzo di spazzolino e filo interdentale;
- contrazione delle gengive;
- modifica della masticazione;
- familiarità con la parodontite.



Come il diabete incide sulla salute orale?

Il diabete può rendere più difficile per il corpo, gengive comprese, combattere le infezioni. I parametri alterati di glucosio nel sangue possono causare i seguenti problemi orali:

- gengiviti o parodontiti;
- perdita dei denti;
- ‘thrush’ ovvero un’infezione orale fungina;
- bocca asciutta.

I problemi alle gengive possono essere più difficili da trattare in caso di diabete e le malattie parodontali, a loro volta, possono aumentare i livelli di glucosio nel sangue e di conseguenza la quantità d’insulina necessaria.

Il diabete non controllato può portare a ulteriori malattie parodontali.

Come avere [bocca](#), denti e gengive sane?

Ecco alcuni consigli:

- cercare di mantenere i livelli di A1C (emoglobina) e glucosio nel sangue all'interno dei propri valori di riferimento (esame del sangue annuale);
- recarsi dal dentista almeno due volte l'anno, informandolo in caso di diabete;
- lavarsi i denti almeno due volte al giorno e utilizzare il filo interdentale;
- praticare attività fisica e scegliere un'alimentazione sana
- non fumare.

“Il [fumo](#), infatti, riscaldando la bocca, favorisce l’insorgenza di complicazioni e quindi, soprattutto nei pazienti diabetici, va sconsigliato fortemente”.

di Monica Bratta