

L'igiene dentale al miglior prezzo

Il filo interdentale è indispensabile per una buona igiene del cavo orale. Ma questo strumento non è sempre efficace allo stesso modo. E il suo prezzo varia da 2 a 20 centesimi al metro.

In un paese dove i costi del dentista non sono rimborsati, la cura dei denti è di primaria importanza. La prevenzione ci viene inculcata fin da bambini: evitare gli alimenti zuccherati, lavare i denti dopo ogni pasto e, dall'apparizione dei molari permanenti, passare il filo interdentale almeno ogni due giorni.

Pulire le fessure fra i denti non serve solo a rimuovere i resti di cibo, ma permette anche di eliminare i batteri, laddove lo spazzolino non riesce ad arrivare.

Anche una spazzolatura eseguita a regola d'arte, per tre minuti e tre volte al giorno, da sola non basta a garantire la salute di denti e gengive.

Questo perché lo spazzolino elimina solo il 70% dei batteri che popolano la bocca.

Il resto si nasconde negli spazi tra i denti sotto forma di film batterico. Per rimuoverlo ci sono tre possibilità: il filo interdentale, gli archetti porta-filo (per spazi stretti) o gli scovolini (per spazi più larghi).

Questi strumenti servono a sbarazzarsi dei batteri che causano la carie ma anche a evitare malattie delle gengive.







Fra queste, la paradentosi che colpisce il 10-20% della popolazione e che può portare alla perdita dei denti.

Buoni prodotti a basso costo

Le fatture del dentista fanno paura, e a giusto titolo! A Ginevra, le statistiche di Bus Santé hanno rilevato che il 75% delle persone che devono rinunciare a trattamenti sanitari per motivi finanziari, rinunciano

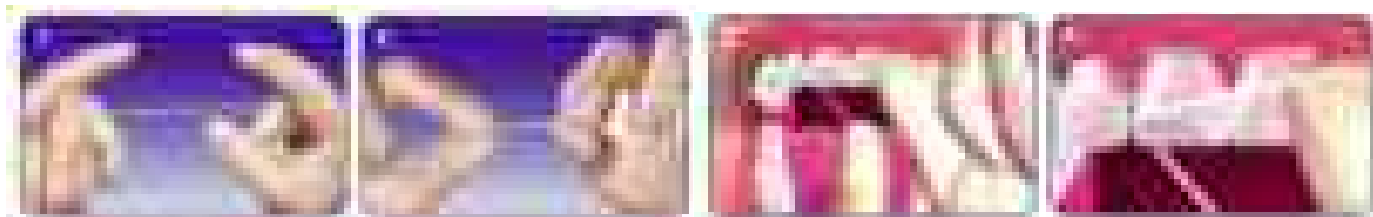
proprio alle cure dentarie. Inoltre, numerosi studi evidenziano la correlazione fra condizione sociale e salute dentaria. Per fortuna, e questo test lo dimostra, ci si può prendere cura dei propri denti a casa spendendo pochissimo. Bastano 4 franchi all'anno, tanta perseveranza e l'uso giornaliero del filo interdentale. Uno strumento che ha dimostrato la sua efficacia sia all'esperto del laboratorio sia agli utilizzatori che l'hanno provato.

Per valutare gli otto fili interdentali e i quattro archetti porta-filo, l'esperto li ha provati su una protesi dentaria macchiata di placca artificiale. La giuria degli utilizzatori, invece, era formata da 12 persone che hanno testato l'uso del filo, la sua efficacia e gli aspetti pratici.

	FILO INTERDENTALE					
<ul style="list-style-type: none"> + Molto buono ● Buono ● Soddisfacente ▲ Poco soddisfacente ▲ Insufficiente ✗ No ✓ Sì 						
MARCA	ORAL-B Satin floss	ELMEX Filo interdentale cerato	DENTOFIT Zahnseide gewachst	M-BUDGET Filo interdentale	TRISA Dental Tape Super-Tape	DENTAMED Dental Tape Super Glide
DISTRIBUTORE	Coop	Migros, Coop, Manor, Globus, farmacia	Aldi	Migros	Denner	Coop
PREZZO	5.30	4.80	1.95	1.95	3.95	3.05
LUNGHEZZA (M)	25	50	100	100	25	40
PREZZO AL METRO	21 ct.	10 ct.	2 ct.	2 ct.	16 ct.	8 ct.
COSTO ALL'ANNO	38.-	17.-	4.-	4.-	28.-	14.-
CERATO	✗	✓		✓	✗	✗
MENTOLATO		✓	✗	✓	✓	✗
FLUORATO	✗	✓	✗	✓	✓	✗
EFFICACIA PULIZIA (50%)	●	●	●	●	▲	▲
GIUDIZIO UTILIZZATORI (50%)	●	●	●	●	+	●
GIUDIZIO GLOBALE (%*)	65	64	63	59	58	56

* 100% = prodotto ideale

Prezzi indicativi basati sulle indicazioni fornite in negozio



Attenzione alle gengive

Per usare correttamente il filo interdentale, bisogna passarlo attorno al colletto di ogni dente, senza forzare per non ferire la gengiva. Le persone che soffrono di problemi gengivali dovrebbero consultare il dentista o l'igienista per farsi spiegare come pulire lo spazio tra i denti nel modo meno aggressivo possibile. Per tutti gli altri, non ci sono scuse, dovrebbero adottare al più presto la disciplina del filo interdentale.

@FRC MIEUX CHOISIR (TRADUZIONE TF)

FOTO:JEAN-LUC BARMAVERAIN

Collutori

Si usano dopo lo spazzolino o in sostituzione di questo. Ma i risciacqui con prodotti specifici lasciano piuttosto perplessi i medici dentisti. Li consigliano solo ad alcune persone anziane o ai bambini che seguono un trattamento odontoiatrico.

L'anno scorso, la trasmissione della televisione romanda per i consumatori "A bon entendeur" aveva segnalato che alcune soluzioni al fluoro contengono cetylpyridinium chloride o clorexidina e provocano antiestetiche macchie scure sui denti. Si trattava delle marche Sensodyne, Candida, Dentamed, M-Budget, Odol e Act.

Per quel che riguarda le gomme da masticare che vantano proprietà benefiche per i denti, non sono né meglio né peggio di quelle classiche che hanno il simbolo Sympadent. Masticare una gomma non sostituisce in nessun caso lo spazzolino, ma questa azione permette di produrre della saliva, sicuramente benefica per l'igiene orale.

La scelta dell'ACSI
Il miglior rapporto qualità-prezzo

Scegliendo il prodotto di Aldi, si risparmiano più di 80 franchi all'anno, senza rinunciare alla qualità. Questo filo è spesso e non è adatto a chi ha i denti molto vicini tra loro.



FILO INTERDENTALE			STICK CON FILO INTERDENTALE				
		MARCA					
CANDIDA Multicare dental tape Easy Glide	REACH Dental Floss		DENTOFIT Zahnseide-Sticks	TEPE Mini Flosser	CANDIDA Stick con filo interdentale	DENTAMED Dental Floss Sticks	
Migros	Farmacia	DISTRIBUTORE	Aldi	Farmacia	Migros	Coop	
3.05	5.90	PREZZO	1.95	8.90	2.40	2.40	
40	50	N° PEZZI	100	36	32	32	
8 ct.	12 ct.	PREZZO AL PEZZO	2 ct.	25 ct.	8 ct.	8 ct.	
14.-	21.-	COSTO ALL'ANNO	7.-	90.-	27.-	27.-	
✓		CERATO	n.d.	n.d.	n.d.	n.d.	
✗	✗	MENTOLATO	n.d.	n.d.	n.d.	n.d.	
✓	✗	FLUORATO	n.d.	n.d.	n.d.	n.d.	
▲	▲	EFFICACIA PULIZIA	●	●	●	●	
●	●	GIUDIZIO UTILIZZATORI	●	●	●	●	
■	■	GIUDIZIO GLOBALE	■	■	■	■	
56	55		61	58	57	54	

n.i. / non indicato

n.d. / non dichiarato