328 07 67 785 info@dentisanidiqualita.com



Studio Dentistico
Dr.ssa Sonia La Volpe

- Home
- Chi Siamo
- Recensioni
- Cure Odontoiatriche
    - Visita Gratuita
    - Ortodonzia
        - Ortodonzia Bambini
    - Protesi dentale
        - Protesi dentale fissa Corona in Zirconia
        - Protesi dentarie Mobili invisibili
    - Implantologia
    - Chirurgia orale
        - Estrazioni
        - Dente del Giudizio
    - Cure Dentali
        - Otturazioni e cura della carie
        - Carie profonde e Cure Canalari
        - Rimozione protetta amalgama
        - Erosioni e carie del Colletto
    - Cura delle Gengive
    - Russatori e Apnoici
    - Igiene Orale
- I Risultati
- Contatti
    - Pagare a rate
- Blog

Seleziona una pagina

Cibi che fanno male ai denti

Cibi che fanno male ai denti

Tutti sanno che i cibi più buoni sono quelli che fanno più male ai denti!

Infatti i cibi che creano problemi di carie, gengivite e ascessi parodontali soprattutto se mangiati fuori pasto sono:

- **Zucchero e miele**
- **Frutta e succhi di frutta**
- **Bevande gassate e dolci**
- **Cioccolato al latte**
- **Marmellate, gelatine, miele, creme dolci**
- **Caramelle**
- **Alimenti acidi agrumi, ananas, uva, aceto, vino, pomodori**
- **Cibi confezionati (merendine, biscotti e snack)**

Sicuramente lo Zucchero (glucosio) peggiora la salute dei denti quando viene convertito in acido dai batteri.

Ma sono molto importanti i fattori che favoriscono la carie legati allo zucchero e alla predisposizione personale:

- **l’ elevato consumo**
- **la frequenza di assunzione**
- **smalto poco calcificato**
- **disallineamenti dentali**

Nello specifico quando in cui s’introducono alimenti zuccherati in bocca, iniziano a verificarsi questi importanti cambiamenti:

- **I batteri convertono gli zuccheri in acidi**
- **gli acidi attaccano lo smalto dei denti**

- **lo smalto si corrode e a lungo andare si sviluppa la Carie**



STUDIO DENTISTICO
Dr.ssa Sonia La Volpe

Chiama 328 07 67 785

Qualche regola di Salute Orale a casa

- Diminuire l’assunzione di cibi zuccherati e di alimenti acidi
- Aumentare il consumo di verdure, legumi, semi (noci, mandorle, arachidi, nocciole)
- Preferire i dolci Bio
- Usare dopo i pasti gomme da masticare allo xilitolo
- Non attendere oltre 25-30 minuti per di lavarsi i denti

dopo aver mangiato
- Sciacquare la bocca con collutori al Fluoro

Protezione carie a 360°

Naturalmente per prima cosa effettuare la Cura di Tutte le patologie orali in atto

e poi svolgere Visite di Controllo e sedute di Bio Igiene Orale con la Dott.ssa Sonia

è il modo giusto per avere una protezione dalle carie a 360°.

Autore dell’articolo



Dr.ssa Sonia La Volpe

Laureata e Abilitata in Odontoiatria e Protesi Dentaria con il massimo dei voti all’ Università La Sapienza di Roma. Iscritta all’ Ordine Provinciale di Roma dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri n° O 03420

- Segui
- Segui
- Segui

Contatti

Studio Dentistico

D.ssa Sonia La Volpe

TELEFONO E WHATSAPP

328 07 67 785

N

EMAIL

sonialavolpe@libero.it
a

INDIRIZZO

Via Mario Savini, 15 – 00136 Roma RM

}

ORARI STUDIO

- **Lunedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Martedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Mercoledì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Giovedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Venerdì:** 10.30 / 13.30
- **Sabato e Domenica:** Chiuso

- Segui
- Segui
- Segui

w

Si comprende lingua spagnola

Accesso ai disabili

Chiama il numero 328 07 67 785

Contatti

Studio Dentistico

D.ssa Sonia La Volpe

TELEFONO E WHATSAPP

328 07 67 785

N

EMAIL

info@dentisanidiqualita.com
a

INDIRIZZO

Via Mario Savini, 15 – 00136 Roma RM

}

ORARI STUDIO

- **Lunedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Martedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Mercoledì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30

- **Giovedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Venerdì:** 10.30 / 13.30
- **Sabato e Domenica:** Chiuso

- Segui
- Segui
- Segui

w

Si comprende lingua spagnola

Accesso ai disabili