



La bocca è una porta sul mondo

La bocca è un organo che riveste un ruolo di primaria importanza nella nostra esistenza, fino dalla nascita. Infatti per il neonato è uno strumento di esplorazione del mondo e gli permette un contatto con la madre; attraverso la bocca entra il cibo ma anche i batteri, che iniziano a colonizzare il tratto gastrointestinale e a dialogare con il sistema immunitario.

Attraverso la bocca si parla, quindi si può avere un contatto ed uno scambio con gli altri esseri umani; lo sapevate che una corretta dentizione ha grande importanza nella fonazione?

La bocca è un organo di senso, nella bocca sentiamo i sapori, con la bocca bacciamo le persone amate. E' posta all'inizio del lungo apparato digerente, l'organo interno che non è solo interno, ma anche esterno. Infatti sta all'interno del corpo ma è in contatto con tutto quello che entra, ed è meravigliosamente capace di trasformare le sostanze introdotte con l'alimentazione per ottenere le molecole che ci danno la vita e di riconoscere ed eliminare ciò che è inutile e/o dannoso.

La bocca è il primo organo e la prima nicchia ecologica che il mondo esterno incontra all'inizio di questo percorso, ed è anatomicamente predisposta per stare "al fronte". Infatti è riccamente vascolarizzata ed innervata, e in gola è presente una importante stazione linfatica, l'anello di Valdeyer. Questa vascolarizzazione così ricca però è anche una porta per far entrare i batteri nel circolo sanguigno, come vedremo in seguito.

La bocca è bagnata dalla saliva, che viene prodotta in notevole quantità (tra gli 800 ed i 1500 cc al giorno); è molto importante per l'inizio del processo digestivo, produce enzimi e sistemi tampone, nonché immunoglobuline con cui il sistema immunitario regola il microbiota. A tal proposito è necessario sottolineare che i farmaci che hanno come effetto collaterale secchezza delle fauci, o xerostomia (iposaliva o asialia) alterano profondamente l'equilibrio del microbiota orale, favorendo ad esempio l'aumento di specie acidofile cariogene. Tra tali farmaci si trovano benzodiazepine, antidepressivi, antipsicotici, anoressizzanti, diuretici, beta bloccanti, anticolinergici, antistaminici, oppiacei, antiparkinson.

E' facile a questo punto immaginare come sia importante mantenere una bocca in salute, ma anche di come la bocca sia essa stessa specchio di una salute generale del corpo. Vediamo perché.

Per prima cosa i denti: la masticazione corretta è l'inizio del processo digestivo: il bolo viene tritato e rimescolato affinché si possa ridurre in parti più piccole e contemporaneamente sia bagnato dalla saliva, che contiene ptialina, enzima attraverso il quale avviene l'inizio della digestione dei carboidrati. Una masticazione corretta permette una buona digestione, e quindi un maggior assorbimento dei nutrienti e una minor attivazione del sistema immunitario intestinale (GALT) perché all'intestino arrivano parti di cibo più sminuzzato e meno facilmente riconducibili a macromolecole estranee.

Non dimentichiamo poi che il contatto tra le arcate dentarie rappresenta il “fine corsa” dell’articolazione temporomandibolare, la quale rappresenta il cardine di un sistema muscoloscheletrico complesso, quale è il sistema cranio mandibolare. Può succedere infatti che la mancanza di denti, soprattutto nei settori posteriori della bocca, oppure la presenza di restauri incongrui eseguiti dal dentista possano attivare tensioni muscolari anomale e variazioni di assetto della mandibola. Questi quadri sintomatologici complessi che vanno sotto il nome di disordini temporomandibolari (DTM) si manifestano attraverso dolori, sia ai muscoli che ai capi articolari (dolori che insieme a vertigini o acufeni fanno confondere con patologie auricolari).

E’ importante sottolineare che i DTM hanno anche un’origine centrale, quindi il cosiddetto bruxismo (l’abitudine viziata di serrare o digrignare i denti, o addirittura di mantenere una contrazione ai muscoli anche senza il contatto tra le arcate) può essere anche una manifestazione di stress; anzi diciamo che lo è quasi sempre, e queste parafunzioni hanno ripercussioni gravi anche sulla dentizione in termini di usura o aumento della sensibilità dei denti, oppure a carico di lavori che sono stati eseguiti dal dentista. Sappiamo quanto la gestione dello stress si possa esercitare anche tramite la correzioni dello stile di vita, ed in particolare nell’ottica di segnale attraverso una corretta alimentazione, una regolare attività fisica e l’attenzione al riposo ed alla consapevolezza di sé.

A proposito di stili di vita è ormai dimostrato come il controllo dei parametri che vanno a definire la cosiddetta sindrome metabolica sia di fondamentale importanza per il mantenimento di uno stato di salute del parodonto. Il parodonto è il sistema di sostegno dei denti ed è costituito da gengiva, osso alveolare e legamento parodontale. La malattia che lo colpisce si chiama malattia parodontale, detta anche colloquialmente piorrea. La malattia parodontale è molto diffusa: secondo i dati del Ministero della Salute colpisce il 60% della popolazione, il 10% in forme avanzate. E’ quindi molto importante sottoporsi ad una visita presso uno specialista, che sia in grado di diagnosticare la malattia e la sua gravità. Infatti solitamente questa prosegue il suo corso in modo silente, e le prime manifestazioni visibili al paziente (mobilità dei denti, sventagliamento degli incisivi, ascessi) sono indice di uno stato avanzato delle lesioni. Purtroppo ancora troppo spesso i pazienti sottovalutano l’importanza di questa patologia in ottica di segnale. E’ ormai dimostrato dall’evidenza scientifica che i pazienti ammalati di malattia parodontale vedono peggiorare i parametri del diabete prima di tutto, ma anche delle patologie cardiovascolari, delle dislipidemie, dell’ipertensione. Il processo però è a doppio senso, perché i pazienti affetti da sindrome metabolica peggiorano in termini di gravità la malattia parodontale. Questo avviene perché i batteri che sono causa della parodontite sono in grado di alterare lo stato di infiammazione e queste risposte anomale si ripercuotono sulle malattie infiammatorie croniche come quelle sopracitate. Non solo: i batteri che invadono il torrente sanguigno attraverso il parodonto possono colonizzare organi a distanza (placche aterosclerotiche, articolazioni) e addirittura provocare esiti negativi della gravidanza (parto pre termine, basso peso alla nascita).

In un’ottica di segnale che osserva il paziente nel suo insieme e non soltanto un suo organo è necessario quindi porre in evidenza la bocca come facente parte di un tutto, ed orientare il paziente verso uno stato di benessere, che rappresenta innanzitutto la prevenzione, ma anche la cura delle malattie del cavo orale e di tutto il corpo. Nello specifico attraverso l’adozione di stili di vita corretti (alimentazione, movimento fisico, consapevolezza del sé e controllo dello stress), ma anche tramite il monitoraggio della situazione clinica ad opera di uno specialista ed infine attraverso le necessarie manovre di igiene orale, sia domiciliare che professionale, per il mantenimento di un microbiota non patogeno.