

Ulteriori dettagli sulle prove a sostegno delle raccomandazioni possono essere trovati nella pubblicazione "**Sviluppo di raccomandazioni sull'uso dello spazzolino da denti attraverso il consenso professionale**".

Domanda	Raccomandazione finale	Forza di Raccomandazione*
Quando dovresti lavarti i denti e quanto spesso dovresti lavarti i denti?	Per adulti e bambini, i denti dovrebbero essere lavati come ultima cosa la sera o prima di andare a dormire e almeno un'altra volta.	• FORTE
	Si raccomanda agli adulti e ai bambini di effettuare l'uso dello spazzolino da denti/ supportato almeno due volte al giorno.	• FORTE
Per quanto tempo dovresti lavarti i denti?	Per adulti e bambini, i denti devono essere spazzolati per un tempo sufficiente a garantire che tutte le superfici dei denti siano pulite in modo efficace. L'operazione potrebbe richiedere circa due minuti, a seconda del numero di denti presenti.	• FORTE
Quando dovrebbero iniziare a lavarsi i denti i bambini?	I genitori o chi si prende cura di loro dovrebbero iniziare a spazzolare/pulire i denti dei loro bambini con uno spazzolino morbido o con un panno non appena spunta il primo dente. Se si utilizza un panno, i genitori o chi si prende cura di loro dovrebbero passare all'uso di uno spazzolino da denti quando i molari del bambino spuntano.	• BUONA PRATICA
Fino a che età i bambini devono essere sorvegliati quando si lavano i denti?	I genitori o chi si prende cura di loro dovrebbero continuare ad assistere o supervisionare lo spazzolino da denti finché il bambino non sarà in grado di lavarsi i denti in modo efficace.	• FORTE
Dovresti sciacquare o sputare prima/dopo aver lavato i denti?	Per mantenere i livelli di concentrazione di fluoro in bocca, sputare l'eccesso dopo aver lavato i denti. Si sconsiglia il risciacquo con acqua dopo la spazzolatura. Se si utilizza un collutorio, questo dovrebbe essere fatto in un momento diverso da quello immediatamente successivo allo spazzolino da denti.	• BUONA PRATICA
	I bambini piccoli potrebbero aver bisogno di un'attenta supervisione per garantire che il dentifricio in eccesso venga sputato dopo aver spazzolato i denti.	• BUONA PRATICA

Dovresti sciacquare o sputare prima/dopo aver lavato i denti?	Laddove la destrezza manuale può limitare la tecnica di spazzolamento, sciacquare la bocca con acqua prima di spazzolare può aiutare a rimuovere i residui di cibo.	• BUONA PRATICA
	Se una persona non è in grado di sputare, utilizzare una quantità adeguata di dentifricio e aiutarla a eliminare eventuali eccessi dalla bocca dopo aver lavato i denti.	• BUONA PRATICA
Qual è il tipo di spazzolino più efficace per mantenere la salute orale (elettrico o manuale)?	I pazienti devono essere informati di pulire regolarmente i denti e le gengive utilizzando uno spazzolino elettrico manuale o ricaricabile. L'efficacia sia degli spazzolini manuali che di quelli elettrici è influenzata dalla tecnica dell'utente.	• FORTE
	Qual è il miglior tipo di testina per spazzolino/ forma?	Si deve consigliare ai pazienti di utilizzare una testina piccola con setole di consistenza morbida o media, tenendo in considerazione la variazione della consistenza tra i produttori.
Quanto sono efficaci i dispositivi per la pulizia interdentale nella prevenzione della carie?	I pazienti con disabilità fisiche possono trarre beneficio dall'impugnatura o da altri adattamenti (p. es., spazzolini a tre lati, spazzolini elettrici)	• CONDIZIONATO
	La scelta dell'approccio di pulizia interdentale può dipendere dalla spaziatura dei denti. Gli scovolini interdentali, gli spazzolini a ciuffo singolo e il filo interdentale sono tutte opzioni per la pulizia e devono essere selezionati in base alle dimensioni interprossimali e all'efficacia all'interno dello spazio seguendo un consiglio professionale.	• CONDIZIONATO
Quale concentrazione di dentifricio al fluoro è più efficace?	I bambini dovrebbero usare un dentifricio al fluoro contenente almeno 1.000 ppm di fluoro.	• FORTE
	Per i bambini di età pari o superiore a 7 anni, utilizzare un dentifricio al fluoro contenente 1.000 -1.500 ppm di fluoro.	• FORTE
	Per i soggetti con carie attiva o suscettibili alla carie dentale, si dovrebbe prendere in considerazione la prescrizione e l'uso di un dentifricio con una concentrazione di fluoro più elevata (2800 ppm o 5000 ppm secondo le indicazioni del produttore) come parte di una strategia di prevenzione globale (per adulti e bambini sopra i 10 anni). Questo dovrebbe essere rivisto durante le valutazioni di routine della salute orale.	• CONDIZIONATO
	Per i soggetti di età pari o superiore a dieci anni e sottoposti a trattamento ortodontico con apparecchio fisso considerare la prescrizione di un dentifricio ad alto contenuto di fluoro durante tutta la fase del trattamento.	• CONDIZIONATO
	Laddove la sensibilità sensoriale rappresenta un problema, si possono preferire dentifrici dal sapore delicato. Per alcuni gruppi, compresi quelli con sensibilità sensoriale, vie aeree vulnerabili, disfagia e deterioramento cognitivo, possono essere preferiti dentifrici a bassa schiuma (ad esempio senza sodio lauril solfato).	• BUONA PRATICA

Come va conservato lo spazzolino da denti?	Lo spazzolino deve essere conservato in posizione verticale dopo l'uso e lasciato asciugare all'aria.	• BUONA PRATICA
	Lo spazzolino deve essere risciacquato accuratamente dopo ogni utilizzo per rimuovere eventuali residui di pasta e detriti.	• BUONA PRATICA
	Gli spazzolini da denti non dovrebbero essere condivisi tra i membri della famiglia.	• BUONA PRATICA
Quanto spesso dovrebbe essere uno spazzolino da denti sostituito?	Gli spazzolini da denti dovrebbero essere sostituiti ogni tre o quattro mesi o più spesso se le setole sono visibilmente arruffate o sfilacciate e immediatamente dopo un'infezione/malattia.	• BUONA PRATICA

\* **Raccomandazione forte:** il task team è sicuro che gli effetti desiderabili di un intervento superino i suoi effetti indesiderati o che gli effetti indesiderabili di un intervento superino i suoi effetti desiderabili

<sup>1</sup>.

**Raccomandazione condizionale:** gli effetti desiderabili probabilmente superano gli effetti indesiderati oppure gli effetti indesiderabili probabilmente superano gli effetti desiderabili ma esiste una notevole incertezza

<sup>1</sup>.

**Buona pratica:** l'opinione clinica suggerisce che questo consiglio è ben consolidato o supportato; non esistono solide prove di ricerca a sostegno. I punti di buona pratica possono essere basati su estrapolazioni dalla ricerca su argomenti correlati e/o consenso clinico, opinione di esperti e precedenti.

<sup>1</sup> <https://gdt.gradeapro.org/>

Il Consensus on Toothbrushing Project è supportato da Haleon.

**HALEON**