

SPECIALE PERDIPESO: 56 TRUCCHI PER TORNARE IN FORMA

# Men's Health

IL MAGAZINE MASCHILE PIÙ LETTO NEL MONDO

FEBBRAIO 2008 EURO 2,90

**P**erché Brad Pitt e Tom Cruise hanno denti più abbaglianti dei tuoi? Ok, non fumano e non mangiano liquirizia prima di una foto, ma non è (solo) questo ad assicurare loro un sorriso hollywoodiano. È che regolarmente ricorrono al *bleaching*, ovvero un trattamento per sbiancare i denti a base di un gel che funziona un po' come l'acqua ossigenata sui capelli: steso su incisivi & Co., penetra al loro interno e "cancella" qualsiasi molecola ingiallita. I risultati si mantengono anche per più di un anno, a patto di lavarsi i denti regolarmente (meglio ancora se con uno spazzolino elettrico) e di non fumare. Ma esistono anche altre soluzioni, per tutte le macchie... così come per tutte le tasche.



Una radiografia dentale: i denti più bianchi, con meno tartaro, sono anche più sani

## 1. DENTIFRICI SMACCHIANTI

A base di abrasivi (pomice o bicarbonato) "grattano via" dal dente le molecole più ingiallite. Purtroppo però eliminano anche un po' di smalto, la sostanza che rende i denti bianchi. «Sulla confezione è indicato l'indice di abrasività (*Rda*)», precisa il professor Gianfranco Aiello, presidente dell'Aedi, l'Accademia di estetica dentale italiana. «Se è meno di 25, puoi usarli due volte a settimana; se è superiore, una volta sola». Comunque, cautela: perché un dente con poco smalto non sarà mai più bianco.

**COSTO:** da € 2 a € 7 circa  
**EFFICACIA:** modesta e superficiale  
**DURATA DEI RISULTATI:** una settimana

## 2. BLEACHING "DA BANCO"

In farmacia si possono acquistare (senza ricetta) strip e gel ai perossidi, i principi sbiancanti del *bleaching professionale* (vedi sotto), ma meno concentrati. «Percentuali maggiori possono dare sensibilità che solo il dentista sa affrontare», spiega il dottor Antonio Luongo, responsabile scientifico dell'Aedi. «Questi sbiancamenti invece

si possono usare anche a casa, da soli, perché la loro azione è più blanda: ma è sempre consigliabile la supervisione del dentista». Meglio le strip: il perossido rimane a contatto con i denti più a lungo.

**COSTO PER CICLO DI CURA:** Gel € 12 - Strip € 50  
**EFFICACIA:** modesta  
**DURATA DEI RISULTATI:** 6-12 mesi

## 3. SMACCHIAMENTO MECCANICO

È la "pulizia" dal dentista (obbligatoria prima del *bleaching* dal dentista): rimuove le sostanze che opacizzano lo smalto grazie all'azione abrasiva di pomice e bicarbonato, applicati da una macchina a ultrasuoni. Al termine si esegue una lucidatura. Elimina pure placca e tartaro dal colletto gengivale.

**COSTO PER CICLO DI CURA:** € 100 circa  
**EFFICACIA:** discreta ma superficiale  
**DURATA DEI RISULTATI:** 6-12 mesi

## 4. BLEACHING PROFESSIONALE

Il dentista riempie di gel (perossido di carbamide) una "mascherina" creata su misura e da far aderire ai denti ogni notte per 2 settimane (di più nei casi più

complessi). «Il perossido penetra nel dente e sbianca anche gli strati ingialliti dalle cure antibiotiche», spiega Aiello. «È il "metodo classico", usato in Italia fin dal 1991 con eccezionali risultati». Unica controindicazione: in qualche raro caso il trattamento può indurre problemi di sensibilità dentale.

**COSTO PER CICLO DI CURA:** € 300 ad arcata  
**EFFICACIA:** elevatissima  
**DURATA DEI RISULTATI:** più di 12 mesi

## 5. PHOTO BLEACHING

Utilizza gel di perossidi attivati attraverso luce al plasma: assicura un buon effetto sbiancante in una sola seduta di 40 minuti.

**COSTO PER CICLO DI CURA:** € 500  
**EFFICACIA:** consistente  
**DURATA DEI RISULTATI:** 3-6 mesi

## 6. POWER BLEACHING

«Sfrutta l'azione di un particolare laser per potenziare l'efficacia dei gel sbiancanti», spiega la dottoressa Claudia Caprioglio, direttrice del Centro Internazionale di Aggiornamento Odontoiatrico di Pavia. Richiede 3-4 sedute dal dentista.

**COSTO PER CICLO DI CURA:** € 400  
**EFFICACIA:** elevata  
**DURATA DEI RISULTATI:** oltre un anno

## 7. VENEER

Anche se hanno lo stesso effetto, non sono trattamenti sbiancanti. Il dentista incolla sul dente una faccetta, cioè una lamina di porcellana traslucida (spessa da 0,5 a 1,5 mm), e in due sedute può eliminare ogni differenza di colore tra un dente e l'altro.

**COSTO:** € 250 a dente  
**EFFICACIA:** resa estetica eccezionale  
**DURATA DEI RISULTATI:** permanente

## E I RIMEDI DELLA NONNA: FUNZIONANO O NO?

**Attenzione: più che sbiancare, rinfrescano. E alcuni rovinano lo smalto**

Vantaggi (pochi) e limiti (tanti) di quattro rimedi di una volta.

**Buccia di limone.** Deodora un po' l'alito, e rimuove tanto tartaro quanto... ne puoi levare da solo passandoti un dito sui denti.

**Polpa di fragole.** Aiuta ad avere una bocca più fresca, ma non sbianca. Però è divertente da passare sui denti di lei!

**Salvia.** Le sue foglie contengono davvero sostanze leggermente abrasive: strofinate

sul dente eliminano gli strati più superficiali di tartaro, masticate, rinfrescano l'alito.

**Bicarbonato di sodio.** È il più celebre tra i rimedi della nonna: «Ma va utilizzato raramente (una volta alla settimana, poco bicarbonato sulla punta dello spazzolino), perché rischia di graffiare lo smalto e di lasciarli i denti sensibili e opachi», avverte il dottor Antonio Luongo. È un po' come se per pulirli usassi della sabbia...