



Ecco di che pasta sono fatti

A confronto **8 dentifrici**: a cinque anni dall'ultima valutazione, sono scomparsi i parabeni, ma troppe altre sostanze restano a minacciare la salute dei più piccoli, dal **biossido di titanio**, ai Peg fino al **fenossietanolo**

di **Silvia Biasotto**

Con l'arrivo del primo dentino entra nelle abitudini quotidiane del bambino l'uso dello spazzolino. Ma quando iniziare con il dentifricio? I dentisti consigliano di partire con una quantità minima sempre sotto la supervisione di un adulto. Come scegliere il prodotto più adatto? E a quali sostanze presenti nella lista degli ingredienti prestare attenzione? Circa 5 anni fa avevamo sottoposto all'analisi le etichette di 8 dentifrici per bambini e gli ingredienti che preoccupavano maggiormente erano i parabeni in quanto sospetti di essere interferenti endocrini. Oggi i parabeni sono i grandi assenti della nostra rilevazione. Ma troviamo altre presenze sgradite se non proprio pericolose, come il biossido di titanio e il fenossietanolo. "Si potrebbe parlare - ci spiega il chimico Fabrizio Zago di Ecobiocontrol.bio - di una vera e propria soppressione popolare. I parabeni sono stati normati molti anni fa e sebbene potrebbero essere utilizzati in rispetto della normativa, i produttori hanno compreso che i consumatori non li vogliono più vedere nella lista degli ingredienti di questi prodotti". Molte delle sostanze presenti nei dentifrici oggetto del nostro test non hanno un impiego di tipo funzionale, ovvero mirato a rendere il prodotto più efficace per la igiene della bocca. Ad esempio i dolcificanti e i coloranti, in particolare il biossido di titanio che conferisce al pro-

dotto il colore bianco latte. Quest'ultima è una sostanza molto controversa dal punto di vista della sicurezza e potrebbero essere evitata in dentifrici destinati ai più piccoli. "Se ne potrebbe fare a meno", conferma Zago che spiega: "Il biossido di titanio è un composto problematico soprattutto se inalato. Il bambino non corre il rischio di inalarlo, ma è bene pensare anche alle altre esposizioni".

I Peg invece, ovvero i polietilenglicoli, sono usati per dotare il dentifricio di una struttura compatta e scivolosa in bocca. Spiega l'esperto: "Sono derivati dal petrolio: il primo aspetto critico è legato alla consapevolezza di consumare delle risorse fossili. Il secondo deriva dal fatto che durante il processo di sintesi dalla materia prima (l'ossido di etilene) nel prodotto finale si possono formare molecole di diossano, una sostanza irritante di cui è meglio non abusare. Il consiglio è di valutare la propria esposizione vista la sua presenza in più prodotti detergenti".

Non mancano altre sostanze da evitare che si trovano anche in altri dentifrici rispetto a quelli qui presi in esame. Ad esempio "l'uso eccessivo di componenti abrasive come il calcio carbonato o altre sostanze con questa funzione (alcuni tipi di Hydrated Silica, ndr). D'altra parte i bambini, soprattutto in tenera età, hanno denti delicati e caduchi", conclude Zago, e il consiglio è sempre quello di leggere bene le etichette e scegliere con coscienza.

Bambini

COOP CRESCENDO BABY DENTIFRICIO ANTICARIE



Età consigliata:
da 0 a 6 anni
Prezzo (euro/100ml):
2,04

Fluoro (ppm): **No**
Parabeni: **No**
Peg:
No
Sodium Lauryl Sulfate
(SLS): **No**
Ingredienti sgraditi:
Nessuno



9,5

ESSELUNGA JUNIOR DENTIFRICIO GEL



Età consigliata:
da 0 in poi
Prezzo (euro/100ml):
1,34

Fluoro (ppm): **990**
Parabeni: **No**
Peg:
Sì (Peg-32)
Sodium Lauryl Sulfate
(SLS): **Sì**
Ingredienti sgraditi:
**sodium saccharin,
CI73360 (colorante)**



8,8

ORAL-B KIDS



Età consigliata:
Da 0 a 5 anni
Prezzo (euro/100ml):
4

Fluoro (ppm): **500**
Parabeni: **No**
Peg:
No
Sodium Lauryl Sulfate
(SLS): **Sì**
Ingredienti sgraditi:
**Limonene, CI42090
(colorante), Sodium
Saccharin**



9

UNILEVER ZENDIUM



Età consigliata:
Da 1 a 6 anni
Prezzo (euro/100ml):
4,80

Fluoro (ppm): **500**
Parabeni: **No**
Peg:
No
Sodium Lauryl Sulfate
(SLS): **No**
Ingredienti sgraditi:
**Biossido di titanio,
Sodium Saccharin**



6,9

Un gesto sano non senza rischi

Abbiamo selezionato 8 dentifrici per i più piccoli sia per fascia di età che per le diciture presenti nelle denominazioni (come kids o junior). Leggendo le etichette abbiamo valutato la presenza e la quantità delle sostanze che ne compongono la lista degli ingredienti.

Fluoro

La presenza di fluoro nei dentifrici la si può individuare dalla lista degli ingredienti e dalla dicitura "Contiene fluoruro di sodio". Per i prodotti contenenti tra 0,1% (1.000 ppm) e 0,15% (1.500 ppm) di fluoruro, qualora non rechi-

no l'informativa che sono controindicati per i bambini, è d'obbligo la seguente etichettatura: "Bambini fino a 6 anni: utilizzare una piccola quantità di dentifricio sotto la supervisione di un adulto per ridurre al minimo l'ingerimento. In caso di assunzione di fluoruro da altre fonti consultare il dentista o il medico". Attenzione quindi all'uso di prodotti con fluoro nel caso di bambini piccoli ancora non in grado di controllare efficacemente la deglutizione.

Parabeni

I parabeni sono dei conservanti utilizzati in cosmetica da tempo molto discussi. Nel 2014 l'Europa ha adottato diverse misure restrittive nei confronti di alcuni di essi. A differenza dei risultati della nostra precedente valutazione (nel 2015 erano presenti in 2 prodotti su 10),

BIOREPAIR KIDS



Età consigliata:
Da 0 a 6 anni
Prezzo (euro/100ml):
5,74

Fluoro (ppm): **No**
Parabeni: **No**
Peg:
Sì (Peg-32)
Sodium Lauryl Sulfate (SLS): **No**
Ingredienti sgraditi:
Fenossietanolo, Sodium Saccharin



6,7

MENTADENT



Età consigliata:
Da 2 a 6 anni
Prezzo (euro/100ml):
3,7

Fluoro (ppm): **1.000**
Parabeni: **No**
Peg:
Sì (Peg-32)
Sodium Lauryl Sulfate (SLS): **Sì**
Ingredienti sgraditi:
Biossido di titanio, Sodium Saccharin, CI74160 (colorante)



6,5

CONAD BABY DENTIFRICIO



Età consigliata:
Da 0 a 6 anni
Prezzo (euro/100ml):
1,5

Fluoro (ppm): **500**
Parabeni: **No**
Peg: **Sì (Peg-32)**
Sodium Lauryl Sulfate (SLS): **Sì**
Ingredienti sgraditi:
Biossido di titanio, Sodium Saccharin, CI 74160 (colorante)



6,5

AQUAFRESH PICCOLI DENTI



Età consigliata:
Da 1 a 5 anni
Prezzo (euro/100ml):
2,2

Fluoro (ppm): **500**
Parabeni: **No**
Peg:
No
Sodium Lauryl Sulfate (SLS): **No**
Ingredienti sgraditi:
Biossido di titanio, Sodium Saccharin, Limonene, CI 73360 e CI 74160 (coloranti)



6,3

Legenda

Eccellente (10-9,1)



Ottimo (9-8)



Buono (7,9-7)



Medio (6,9-6)



Mediocre (5,9-4)



Scarso (sotto 4)



oggi queste sostanze non sono state riscontrate.

Peg

Peg è la sigla che sta a indicare i polietilenglicoli, classificati a livello europeo come umettanti e solventi. Si tratta di molecole trasformate da un processo polimerizzazione a partire dall'ossido d'etilene. In questo processo di sintesi si può formare il diossano (da non confondere con la diossina), una sostanza dalle potenzialità irritanti.

Sodium Lauryl Sulfate

È un detergente tensioattivo schiumogeno che come i Peg deriva dall'ossido di etilene e quindi dal petrolio. Sospettato in passato di essere aggressivo per le mucose della bocca studi recenti hanno rivalutato il suo profilo di rischio ridi-

mensionando il suo impatto sull'organismo.

Ingredienti sgraditi

Tra le sostanze sgradite primeggia il biossido di titanio sospettato di essere cancerogeno se inalato. Serve a conferire ai dentifrici il colore bianco e lo si riconosce in etichetta con le diciture Titanium Dioxide o CI77891. A partire dal 1° gennaio 2020 il biossido di titanio, come additivo alimentare, è stato vietato in Francia. Anche per il conservante fenossietanolo, la Francia ha espresso un orientamento prudentiale: l'Agenzia francese per la sicurezza dei medicinali ne ha richiesto una limitazione di impiego per i bambini sotto i tre anni. Infine tra gli sgraditi troviamo sostanze allergizzanti come il Limonene e i dolcificanti (Sodium Saccharin) e coloranti la cui presenza è discutibile.



Fluoro, l'alleato dei denti da dosare con molta cura

Luigi Paglia, presidente della Sioi: "Può diventare dannoso se assunto in concentrazioni elevate. Tuttavia non esageriamo: la tossicità è di 8 mg per chilo e un bambino di 10 kg dovrebbe ingerire due terzi di tubetto per adulti"

Il fluoro è considerato un utile aiuto nella prevenzione della carie di grandi e piccini e il mercato offre dentifrici con dosi diverse o nulle di questo minerale. Non mancano però le controindicazioni in caso di eccesso o ingestione. Ecco perché è bene prestare attenzione ai dosaggi. Spiega al Salvagente il dottor Luigi Paglia, presidente della Sioi, la Società Italiana Odontoiatria Infantile. "Dall'eruzione del primo dentino (6 mesi circa) ai 2 anni di età è consigliato spazzolare i denti almeno 2 volte al giorno applicando una piccolissima quantità (pari a un chicco di riso) di dentifricio contenente 500 ppm di fluoro. Dai 2 ai 6 anni è consigliata una quantità pari a un pisello (pea size) di dentifricio contenente 1.000 ppm di fluoro. Dopo i 6 anni si possono utiliz-

zare dentifrici che raggiungono i 1.450 ppm di fluoro, in quantità pari a circa 1 cm".

Dottor Paglia, quindi già dai 6 mesi si può iniziare a usare un dentifricio fluorato?

È stato ampiamente dimostrato che l'effetto preventivo del fluoro dopo l'eruzione dei denti ottenuto attraverso la via di somministrazione topica (dentifrici, collutori, gel) è più efficace rispetto a quello ottenuto prima che i denti erompano attraverso la somministrazione sistemica (gocce, pastiglie).

Quando il fluoro può diventare dannoso?

Il fluoro può diventare dannoso se assunto in concentrazioni troppo elevate. In Italia i casi di sovradosaggio sono estremamente rari e dovuti a un'incontrollata assunzione di dentifricio che, invece di essere espulso, viene continuamente ingerito. I bambini molto piccoli non riescono infatti a controllare efficacemente il riflesso della deglutizione. In questi casi il rischio è di sviluppare fluorosi, un'eccessiva incorporazione di fluoro all'interno del dente permanente in formazione che risulta in difetti della mineralizzazione e discromia; questo rischio si azzera dopo i 6-7 anni.

È possibile che lavandosi regolarmente i denti vengano raggiunti livelli di tossicità?

In rari casi l'eccessiva assunzione di fluoro può causare nausea e vomito: può accadere per esempio al bambino che accidentalmente ingerisca una grande quantità di collutorio o a causa di un'intossicazione per inquinamento industriale. La quantità di fluoro che causa tossicità è 8 mg per chilo di peso corporeo quindi un bambino di 2 anni e di circa 10 kg di peso dovrebbe ingerire circa 50 ml di dentifricio per adulti (2/3 di tubetto) o 250 ml di collutorio per rimanere intossicato!

Le carie cominciano presto

La prevalenza della malattia cariosa aumenta significativamente con l'età passando dal 2,9% nei bambini da 0 a 23 mesi al 6,2% nei bambini dai 24 ai 47 mesi per superare il 14% nella fascia di età dai 48 ai 71 mesi. A 12 anni la prevalenza supera il 40%. È quanto emerge da una recente ricerca condotta dai ricercatori del Dipartimento di odontoiatria materno-infantile dell'Istituto Stomatologico Italiano, guidato da Luigi Paglia, presidente della Sioi, Società italiana di Odontoiatria Infantile, sullo stato della salute orale dei minori tra 0 e 14 anni. Secondo lo studio, a cui hanno partecipato anche l'Istituto Mario Negri, solo il 46% del campione (3mila soggetti) ha iniziato ad usare spazzolino e dentifricio dopo il primo anno di vita e l'81,2% dei genitori non giudica la carie come malattia infettiva e ne ignora i principi di trasmissione.