

EDITRICE ASSOC. CULTURALE
"MONS. GIUSEPPE CENTRA"
Piazzetta della Madonnella, 1
04010 Rocca Massima (LT)



www.associazionecentra.it
E-mail: info@associazionecentra.it
Tel. 06.96699010
C.F. 91056160590

Direttore Responsabile:
Virginio Mattocchia

Responsabili
Redazione, Sviluppo e Diffusione:
Aurelio Alessandroni
Remo Del Ferraro
Enrico Mattocchia

Questo numero è stato inviato
in tipografia per la stampa
2 MARZO 2015

ISCRIZIONE AL N° 1017 DEL 15 / 01 / 2002
DEL REGISTRO NAZIONALE DELLA STAMPA
DEL TRIBUNALE DI LATINA

Stampa: NUOVA GRAFICA 87 srl
Via del Tavolato, 2597 - PONTINIA (LT)
Tel. 0773.86227

Questo numero è stampato in 1.500 copie
e distribuito gratuitamente

I manoscritti anche se non pubblicati non si restituiscono

La testata de "Lo Sperone" si riserva il pieno ed esclusivo diritto di pubblicazione e stampa a propria insindacabile discrezione senza alcun preavviso ne autorizzazione. La collaborazione, a qualsiasi livello e sotto qualsiasi forma, è gratuita salvo esplicito e scritto diverso accordo. Manoscritti, foto ed altro anche se non pubblicati non si restituiscono. Riproduzioni e citazioni sono lecite, purché si citi, espressamente e in forma completa la fonte, autore dell'articolo, titolo dell'articolo, numero, data e pagina della testata.

LA PAURA DEL DENTISTA

Per alcune persone andare dal dentista può essere un fattore di notevole stress. A volte la paura può essere talmente forte da impedire qualsiasi trattamento odontoiatrico, in questi casi si parla allora di "odontofobia".

Chi soffre di odontofobia tende a rimandare continuamente le visite dal dentista, solitamente usa l'automedicazione per cercare sollievo e spesso preferisce il dolore e i fastidi associati pur di evitare la visita odontoiatrica. Si tratta di una paura piuttosto diffusa che può colpire sia adulti che bambini.

Ma quali sono le cause? A volte ci possono essere state delle *esperienze traumatiche in passato* che hanno scatenato la paura verso le successive visite odontoiatriche; in altri casi invece la persona è stata influenzata da *condizionamenti esterni* come ad esempio racconti di episodi dolorosi o traumatici accaduti ad altri o giudizi negativi. E' importantissimo comunque tenere conto della *singolarità di ogni paziente*, infatti i timori associati alla visita dentistica possono essere diversi: sentire dolore, ago o anestesia, paura del sangue o di possibili contagi, paura di svenire ecc..

Comunque la paura del dentista può essere superata attraverso tecniche molto efficaci. Innanzitutto è fondamentale che il medico instauri un *rapporto di fiducia con il paziente* che deve sentirsi compreso grazie ad un clima empatico e accettante, per questo è bene rivolgersi ad un dentista di fiducia che conosca il problema. E' possibile programmare con il medico degli *appuntamenti a difficoltà graduale*, da incontri molto brevi e poco invasivi per arrivare via via a quelli più complessi; in questo modo il paziente acquisterà maggiore fiducia e dimestichezza. Inoltre è assai utile imparare delle *tecniche di rilassamento* da utilizzare prima delle sedute odontoiatriche così da favorire lo stato di benessere. Una tecnica molto usata è quella della *desensibilizzazione sistematica*, efficace per la cura degli stati ansiosi associati alle fobie e quindi adatta anche nel caso dell'odontofobia.

Con i bambini è importante avere delle accortezze particolari. *L'atteggiamento dei genitori* ad esempio è fondamentale: la mamma e il papà non devono mai sommare la propria ansia e preoccupazione a quella dei bambini, anzi è importante mostrarsi comprensivi ma fermi. Bisogna evitare assolutamente di associare la figura del dentista ad una punizione, ad esempio dicendo al bambino che se non si comporta bene lo si porterà dal dentista; proporre invece esempi positivi e motivanti, come il medico che aiuta ad avere un sorriso più bello e a stare bene. L'incontro con il dentista dovrà basarsi su *prevedibilità e gioco*: il medico allora può mostrare al piccolo la stanza con la poltrona e spiegare con parole molto semplici in cosa consiste la visita odontoiatrica, stimolando la curiosità grazie ad un approccio ludico e coinvolgente.

Dott.ssa Nicoletta Agozzino - Psicologa Psicoterapeuta
(info@psicologia-agozzino.com)



SERVIAMO FRESCHEZZA
DA PIÙ
DI UN SECOLO.



OGNI MATTINO DALL'AGRO PONTINO

www.mozzarellecuomo.it
info@cuomolatticini.it

**OGNI MATTINO
DALL'AGRO PONTINO**

Sede e stabilimento di:
Via delle Scienze, 6 - 04011 Aprilia
Tel. 06 928 62 91
Fax 06 928 62 91 20