

Spazzolino manuale o elettrico?



Iniziamo dicendo che non esiste la soluzione perfetta.
Esiste solo la **soluzione giusta** per la situazione specifica.

Sia lo spazzolino elettrico che quello manuale possono essere efficaci per mantenere la salute orale, ma ci sono alcune considerazioni che potrebbero influenzare la scelta tra i due.

Da un lato, gli **spazzolini manuali** sono generalmente meno costosi degli spazzolini elettrici e sono facilmente reperibili ovunque. Inoltre, i modelli a setole morbide possono essere adatti per le persone con denti o gengive sensibili.

Gli spazzolini manuali non sono così semplici da usare e richiedono una grande attenzione nei movimenti e nel posizionamento della testina sulla superficie dei denti, in modo da renderli efficaci e allo stesso tempo sicuri per la gengiva.

Esistono migliaia di video su YouTube che mostrano il loro uso corretto, si consiglia però di chiedere sempre al **dentista** in modo da avere un uso ottimizzato al 100% per la situazione in questione.

Gli **spazzolini elettrici** hanno una testina rotante o oscillante che può migliorare l'azione meccanica di rimozione della placca batterica, rendendoli molto più efficaci degli spazzolini manuali.

Molti pazienti trovano che gli spazzolini elettrici siano più facili da usare, specialmente per chi ha difficoltà di movimento o di coordinazione.

Alcuni modelli sono dotati di funzioni aggiuntive molto utili come **timer**, **sensori di pressione** e di **applicazioni** per smartphone per il monitoraggio dell'igiene orale quotidiana. Alcune di queste funzionalità sono molto interessanti in quanto ti possono aiutare nelle fasi più delicate della pulizia come ad esempio il rispetto dei giusti tempi di spazzolamento, la giusta pressione della testina sui denti per evitare di danneggiare smalto e gengive e infine, cosa in cui noi crediamo molto, la "*gamification*" della pulizia dei denti (rendere l'igiene quotidiana un gioco), aspetto fondamentale per la creazione di buone abitudini quotidiane di igiene orale.

In generale, la scelta tra uno spazzolino elettrico e uno spazzolino manuale dipende molto dai consigli del dentista e dell'igienista dentale in primis, e poi dalle preferenze personali e dalle esigenze di igiene orale individuali.

Tuttavia, è importante ricordare che sia uno spazzolino elettrico che uno spazzolino manuale possono essere efficaci se **utilizzati correttamente** e con la giusta frequenza (cioè *almeno due volte al giorno per almeno due minuti per volta*) e abbinati sempre a un'alimentazione sana e a una regolare igiene orale professionale.

Il tema è molto delicato e soprattutto necessita di un altissimo livello di personalizzazione, motivo per cui la risposta giusta potrai trovarla solo insieme al dentista e all'igienista dentale che, sulla base della tua situazione, ti daranno il consiglio perfetto.

Per qualsiasi altra informazione o dubbio contattaci:

Cell.	3925066300
Whatsapp	3925066300
Telegram	@Smile_Different
Telegram	@RiccardoBianchi