



# STUDIO DENTISTICO

## Dr.ssa Sonia La Volpe

- [Home](#)
- [Chi Siamo](#)
- [Recensioni](#)
- [Cure Odontoiatriche](#)
  - [Visita Gratuita](#)
  - [Ortodonzia](#)
    - [Ortodonzia Bambini](#)
  - [Protesi dentale](#)
    - [Protesi dentale fissa Corona in Zirconia](#)
    - [Protesi dentarie Mobili invisibili](#)
  - [Implantologia](#)
  - [Chirurgia orale](#)
    - [Estrazioni](#)
    - [Dente del Giudizio](#)
  - [Cure Dentali](#)
    - [Otturazioni e cura della carie](#)
    - [Carie profonde e Cure Canalari](#)
    - [Rimozione protetta amalgama](#)
    - [Erosioni e carie del Colletto](#)
  - [Cura delle Gengive](#)
  - [Russatori e Apnoici](#)
  - [Igiene Orale](#)
- [I Risultati](#)
- [Contatti](#)
  - [Pagare a rate](#)
- [Blog](#)

Seleziona una pagina

# **Cibi che fanno male ai denti**

## **Cibi che fanno male ai denti**

Tutti sanno che i cibi più buoni sono quelli che fanno più male ai denti!

Infatti i cibi che creano problemi di carie, gengivite e ascessi parodontali soprattutto se mangiati fuori pasto sono:

- **Zucchero e miele**
- **Frutta e succhi di frutta**
- **Bevande gassate e dolci**
- **Cioccolato al latte**
- **Marmellate, gelatine, miele, creme dolci**
- **Caramelle**
- **Alimenti acidi agrumi, ananas, uva, aceto, vino, pomodori**
- **Cibi confezionati (merendine, biscotti e snack)**

Sicuramente lo Zucchero ( glucosio ) peggiora la salute dei denti quando viene convertito in acido dai batteri.

Ma sono molto importanti i fattori che favoriscono la carie legati allo zucchero e alla predisposizione personale:

- **l' elevato consumo**
- **la frequenza di assunzione**
- **smalto poco calcificato**
- **disallineamenti dentali**

Nello specifico quando in cui s'introducono alimenti zuccherati in bocca, iniziano a verificarsi questi importanti cambiamenti:

- **I batteri convertono gli zuccheri in acidi**
- **gli acidi attaccano lo smalto dei denti**

- lo smalto si corrode e a lungo andare si sviluppa [La Carie](#)



**STUDIO DENTISTICO**  
Dr.ssa Sonia La Volpe

[Chiama 328 07 67 785](tel:3280767785)

## **Qualche regola di Salute Orale a casa**

- Diminuire l'assunzione di cibi zuccherati e di alimenti acidi
- Aumentare il consumo di verdure, legumi, semi (noci, mandorle, arachidi, nocciole)
- Preferire i dolci Bio
- Usare dopo i pasti gomme da masticare allo xilitolo
- Non attendere oltre 25-30 minuti per di lavarsi i denti

dopo aver mangiato

- Sciacquare la bocca con collutori al Fluoro

## **Protezione carie a 360°**

Naturalmente per prima cosa effettuare la Cura di Tutte le patologie orali in atto

e poi svolgere Visite di Controllo e sedute di [Bio Igiene Orale](#) con la [Dott.ssa Sonia](#)

è il modo giusto per avere una protezione dalle carie a 360°.

## **Autore dell'articolo**



## **Dr.ssa Sonia La Volpe**

Laureata e Abilitata in Odontoiatria e Protesi Dentaria con il massimo dei voti all' Università La Sapienza di Roma. Iscritta all' Ordine Provinciale di Roma dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri n° 0 03420

- [Segui](#)
- [Segui](#)
- [Segui](#)

# Contatti

## Studio Dentistico

## D.ssa Sonia La Volpe

□

### TELEFONO E WHATSAPP

328 07 67 785

N

### EMAIL

[sonialavolpe@libero.it](mailto:sonialavolpe@libero.it)

a

### INDIRIZZO

Via Mario Savini, 15 – 00136 Roma RM

}

### ORARI STUDIO

- **Lunedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Martedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Mercoledì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Giovedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Venerdì:** 10.30 / 13.30
- **Sabato e Domenica:** Chiuso

- [Segui](#)
- [Segui](#)
- [Segui](#)

w

Si comprende lingua spagnola

□

Accesso ai disabili

□

Chiama il numero [328 07 67 785](tel:3280767785)

## Contatti

### Studio Dentistico

## D.ssa Sonia La Volpe

□

### TELEFONO E WHATSAPP

[328 07 67 785](tel:3280767785)

N

### EMAIL

[sonialavolpe@libero.it](mailto:sonialavolpe@libero.it)

a

### INDIRIZZO

Via Mario Savini, 15 – 00136 Roma RM

}

### ORARI STUDIO

- **Lunedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Martedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Mercoledì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30

- **Giovedì:** 10.30 / 13.30 – 16.30 / 19.30
- **Venerdì:** 10.30 / 13.30
- **Sabato e Domenica:** Chiuso

- [Segui](#)
- [Segui](#)
- [Segui](#)

w

Si comprende lingua spagnola

□

Accesso ai disabili