

Collutorio: prima o dopo lo spazzolino? La risposta potrebbe sorprenderti (o farti ridere)!

Autore: Redazione

Data: 09 Agosto 2024



Hai mai pensato a quanto sia complicata la vita? No, non sto parlando di scegliere cosa indossare al primo appuntamento o decidere se guardare l'ennesima puntata della tua serie preferita. Parlo di questioni più importanti, come il *collutorio*. Sì, hai capito bene: quel liquido verde o blu che ti brucia la bocca ma ti promette un alito fresco come una rosa appena sbocciata. Ma, *oh cara*, la domanda è: il collutorio va usato **prima** o **dopo** il lavaggio dei denti?

Questo è uno di quei dilemmi che ci tormentano sin dall'infanzia, quando guardavamo i nostri genitori con quell'espressione di superiorità mentre sciacquavano vigorosamente la bocca. Ma ammettiamolo, non ci hanno mai spiegato esattamente *quando* usare il collutorio. Prima? Dopo? Entrambi? Beh, non temere! Oggi sfatiamo ogni mito e, se non altro, ci facciamo due risate!

Il collutorio prima di tutto? Perché no!

Partiamo dall'opzione meno comune, ma non per questo meno valida: usare il *collutorio prima* di lavarsi i denti. "Ma perché mai?", potresti chiederti, con quella faccia da "E questa che se n'è uscita fuori adesso?". Ecco il punto, usare il collutorio prima dello spazzolino può avere i suoi vantaggi.

Immagina questo: hai appena finito di mangiare un piatto di spaghetti all'aglio, che ti è piaciuto un sacco, ma adesso l'alito è... diciamo, un po' meno piacevole. Se ti butti subito sul collutorio, eliminerai il grosso dei batteri prima ancora di prendere in mano lo spazzolino. In pratica, ti dai una bella rinfrescata e, se lo spazzolino fosse un artista, gli stai preparando la tela perfetta su cui dipingere.

In più, utilizzare il collutorio prima potrebbe aiutarti a individuare le aree della bocca che necessitano di più attenzione. Sai quando risciacqui e il liquido si trasforma in una specie di schiuma? Quella è la tua guida! Quelle bollicine che si creano ti indicano dove la placca si è accumulata di più. Così, quando vai a lavarti i denti, puoi concentrarti su quelle zone, dando un colpo da maestro alla tua igiene orale.

Dopo è meglio? Il classico non delude mai

Ora, veniamo al metodo classico, il più diffuso: usare il *collutorio dopo* aver lavato i denti. Questa pratica è praticamente la Marilyn Monroe dell'igiene orale: è l'icona intramontabile, quella che tutti conoscono e amano.

Dopo aver passato il tempo a strofinare e spazzolare, arriva il gran finale: un risciacquo bello profondo con il collutorio. Qui, il liquido magico entra in gioco per sigillare l'accordo. Elimina i batteri rimasti, combatte i germi come una vera guerriera e lascia quel sapore fresco che ti fa sentire invincibile. In pratica, è come il dessert dopo una cena deliziosa. Non solo ti soddisfa, ma ti fa sentire che hai davvero finito in bellezza.

E poi, diciamocelo: usare il collutorio dopo il lavaggio dei denti ha anche un certo fascino psicologico. Hai fatto il grosso del lavoro con lo spazzolino, e adesso ti meriti una coccola. Quel gorgoglio soddisfacente è il suono della vittoria contro la placca. Ti lascia con la sensazione che non solo hai vinto una battaglia, ma hai conquistato l'intero regno dei denti puliti e dell'alito fresco.

Quale scegliere? il team del cuore o della bocca?

Ora che abbiamo esplorato entrambe le opzioni, è il momento di prendere una decisione, giusto? Prima o dopo? Se solo fosse così semplice! Ma no, come ogni decisione nella vita, dipende tutto da te e dalle tue preferenze.

Se sei una che ama iniziare la giornata con il botto, magari optare per il *collutorio prima* potrebbe essere la tua scelta. Sei quel tipo di persona che affronta i problemi a testa alta e vuole avere tutto sotto controllo fin dall'inizio. In questo caso, sguaina il tuo collutorio non appena ti alzi dal letto e affronta i germi con tutta la tua determinazione.

Se invece sei più una che ama prendersela comoda e godersi il processo, allora il *collutorio dopo* fa per te. È il coronamento del tuo rituale di bellezza orale. Dopo aver sfoggiato i tuoi migliori movimenti di spazzolino, ti rilassi con una dose di freschezza che ti fa sentire pronta per conquistare il mondo.

E chi lo sa, magari ti piace un mix di entrambi! Dopo tutto, nessuno ha mai detto che devi scegliere. Usa il collutorio prima per prepararti, e poi di nuovo dopo per completare il lavoro. E se

qualcuno ti chiede perché lo fai, puoi sempre rispondere: “Perché io valgo!”

Errori comuni da evitare: non fare queste gaffe!

Attenzione! Prima di esagerare con il collutorio, ci sono un paio di cose da tenere a mente. Usarlo troppo spesso o in modo sbagliato potrebbe causare più danni che benefici. Sì, esatto, anche il collutorio può avere i suoi difetti.

Ad esempio, se scegli un collutorio a base di alcol (quello che brucia come il fuoco dell'inferno), fai attenzione a non usarlo troppo spesso. Potrebbe seccare la bocca e, ironia della sorte, portare a un alito cattivo. Esatto, quello che dovrebbe prevenire l'alito cattivo potrebbe, se usato male, provocarlo!

Inoltre, ricorda di non risciacquare la bocca con acqua subito dopo aver usato il collutorio. Lascia che faccia il suo lavoro! Risciacquare subito potrebbe eliminare i benefici del collutorio. E noi non vogliamo mica tutto quel gorgheggio per nulla, vero?

Il collutorio per i tuoi bambini: sì o no?

Se hai piccoli in casa, probabilmente ti sei chiesta: dovrei far usare il *collutorio* ai miei figli? Bene, ecco il deal: è meglio aspettare che abbiano almeno sei anni prima di introdurre il collutorio nella loro routine. Perché? Perché prima di questa età, i bambini non hanno ancora imparato a risciacquare e sputare correttamente.

Quando decidono di iniziare, assicurati di scegliere un collutorio senza alcol e con un sapore che piaccia loro. Se glielo rendi piacevole, sarà più facile far diventare il collutorio parte della loro routine quotidiana.

Quando non usare il collutorio: gli avvertimenti

Infine, ci sono situazioni in cui è meglio evitare del tutto il collutorio. Se hai delle ferite o ulcere in bocca, il collutorio potrebbe irritare ulteriormente la zona. Lo stesso vale se hai appena fatto un intervento dentale. In questi casi, meglio seguire le indicazioni del tuo dentista e aspettare che la tua bocca guarisca completamente prima di tornare al collutorio.

Foto: da [DepositPhotos](#).

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/benessere-e-salute/collutorio-spazzolino-denti/>

Generato il 25/04/2025