

Roma 28 Aprile 2003.

Un sorriso sano e bello.

"L'igiene e' salute" una solita frase che dicono tante mamme e nonne.

L'igiene e' molto importante, soprattutto se curiamo i nostri denti, perche' gran parte delle nostre malattie viene dalla bocca, come per esempio: mal di gambe, la tonsillite, il mal di gola e tante altre malattie.

Insomma quindi se ci laviamo i denti, rischiamo di meno di prenderci malattie, ma anche perche' siamo ben sicuri che ai nostri denti non possono venire dei batteri. Perche' lavarsi i denti? Perche', se non laviamo i nostri denti dopo tutti i pasti, rischiamo, se ci siamo mangiati le caramelle o qualche tipo di dolce, rischiamo di farci venire dei batteri o la carie. Batteri come l'alitosi ovvero l'alito cattivo che puo' dare fastidio ai nostri colleghi o compagni, professori o alle persone che ci stanno accanto. Quando noi ci laviamo i denti dobbiamo assicurarci di avere un buon spazzolino (che si dovrebbe cambiare ogni 3 mesi) e un dentifricio.

La prima visita, l'e' non ricordo molto bene, ma ricordo che avevo molta paura, ma poi siccome il mio dentista e' molto simpatico e quindi mi sono anche molto divertita e ancora adesso mi diverto con il mio dentista, infatti quando vado a fare la visita dentistica.

sempre un piacere farmi visitare dal mio
dentista -

nonque ricordatevi sempre di lavarvi i
denti come dice il vostro dentista -