

Roma 23 Aprile

Daniela Simonetti

TELA

"SORRISO SAPO E BELLO"

È sufficiente dedicare
3 minuti della nostra giornata
per garantirci un sorriso
sano e bello. In effetti non
è molto impegnativo basta
ricordarsi ogni volta dopo
aver lavato i denti mangiato
di fare alcune operazioni
con dei semplici strumenti:
uno spazzolino e un po' di
dentifricio. Per lavare i
denti si mette un po' di dentifricio
sullo spazzolino. Attenzione,
la pulizia dei denti si
effettua passando prima
dall'arcata superiore dall'
alto al basso e poi da
quella inferiore con movimento
inverso. Non vi sbagliate
perché altrimenti farete fare
una gita turistica ai denti
batteri. Per far un bel
lavoro inoltre dovrete pulire
anche la lingua; molto spesso

le lo dimentichiamo, ma lì
è un ottimo rifugio per
i nostri nemici. Forse non lo
sapete ma alcuni spazzolini
ma alcuni spazzolini hanno
nelle porte opposte alle setole
delle linguette di goma che
sono state messe per fare
proprio questa cosa.

Infine dopo aver addebi-
tato dai nostri denti e
scavati ~~in~~ quelli nascosti
tra le papille delle
lingue, passate in senso
lavoraggio in il colluttorio
e tutto ombra via.

Ricapitoliamo: dopo ogni
pasto, ma subito dopo, laviamo
denti, spazzoliamo le lingue
inquiniamo le bocche e
avremo un sorriso sano
e bello!