

L'importanza dell'igiene dei denti.

Il sorriso di una persona ti fa sentire più allegro. Il sorriso della mamma e del papà ti fa sentire più amato.

Se si ha la bocca sana si ha un sorriso ancora più bello.

Ma, per avere un sorriso sano, bisogna lavare e prendersi cura dei denti:

devi pulire bene i denti con dentifricio e spazzolino e, dove lo spazzolino non arriva, usa il filo interdentale. Anche pulire la lingua è importante. Per pulirla bisogna usare o lo spazzolino o degli apparecchi fatti apposta per pulirla.

I denti vanno puliti 2 o 3 volte al giorno

e lo spazzolino va cambiato ogni 2 o 3 mesi.

Non lavarsi i denti può provocare la carie.

La carie è dovuta a dei batteri che mangia-

no il dente e passa da un dente all'altro

se non si cura subito. Il dentista è il dottore

dei denti e ti può aiutare a combattere la

carie.

Si va dal dentista quando si ha un problema

ai denti oppure ogni anno per le visite di

controllo.

Per ^{non} far arrivare troppi batteri nella bocca

dobbiamo stare attenti a quello che mangia-

mo: non bisogna esagerare con i cibi dolci

perché i batteri si nutrono dello zucchero

in essi contenuto.

Ecco tutti i segreti di un sorriso sano e
bello! Ogni sorriso è segno di gioia!