

Un sorriso sono e bello

Ieri abbiamo avuto
un incontro con un
dentista, che ci ha spiegato
come mantenere un
sorriso sono e bello.

Il dentista ci ha spiegato
come sono fatti la nostra
bocca e i nostri denti
e ci ha dato molte informa-
zioni su come lavarli:

La nostra bocca è formata
dal palato, dalla lingua, dai
denti, dalle gengive e dalle
guance.

I nostri denti sono composti
dalla polpa che è un insie-
me di vari sanguigni che
alimentano il dente, e lo
smalto che ricopre il dente.

Se non puliamo bene i
denti dopo colazione, pranzo
e cena, questi si possono
ammalare; infatti la placca
ed il tartaro, causati dai
batteri della bocca, si
depositano sul dente e
provocano le carie.

Per questo è importante
lavare i denti nel
modo corretto:

quelli superiori dall'alto
verso il basso, mentre
quelli inferiori dal basso
verso l'alto, per alcuni
minuti. È anche importante
ricordare di cambiare le
spazzolini ogni 2 o 3 mesi.

Dobbiamo usare un dentifricio al fluoro che protegge lo smalto, il filo interdentale e ogni tanto il collutorio per gli sciacqui.

Da questa lezione ho imparato che per avere un sorriso sano e bello bisogna lavare i denti e averne cura fin da piccoli.

