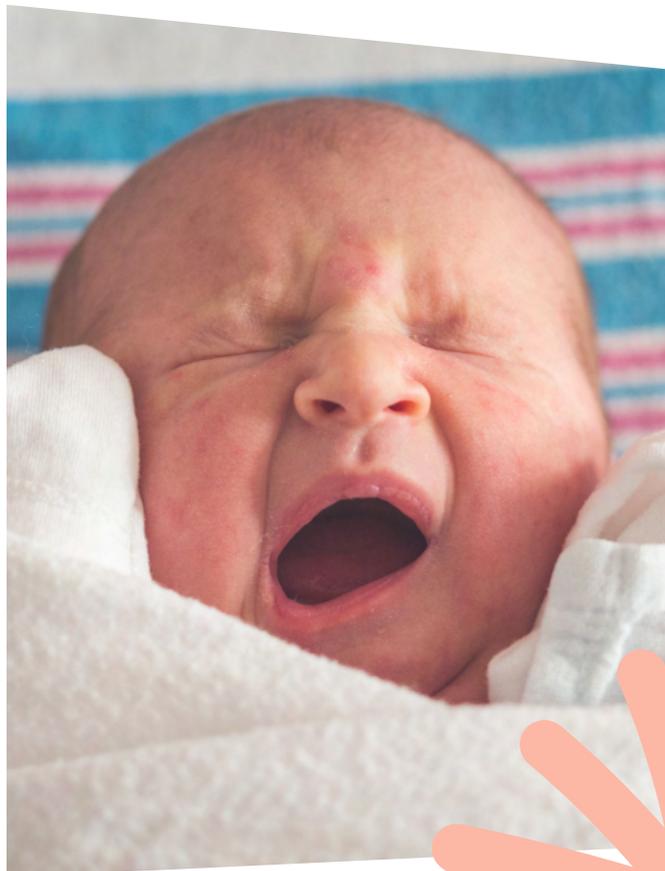


# LE FASI DELL'IGIENE DENTALE: PASSI E ROUTINE

## FASE 0

### NEONATI: senza denti!

Il primo dente può spuntare a tre mesi o a un anno. Il momento più comune? Intorno ai sei mesi. Anche se i denti non sono ancora spuntati, l'igiene orale può e deve essere effettuata. Le gengive e l'interno delle guance devono essere pulite con una garza morbida immersa nell'acqua, due volte al giorno, per rimuovere ogni possibile accumulo di batteri.



## FASE 1

### DA 0 A 2 ANNI: primi denti da latte

Quando spunta il primo dentino, i genitori dovrebbero iniziare a spazzolarlo una volta al giorno, con una quantità di dentifricio per bambini pari a un chicco di riso, con un massimo di 1000 ppm di fluoro <sup>(1)</sup>, e uno spazzolino a setole morbide per le gengive sensibili a causa della dentizione.

## LO SAPEVI CHE...?

- I denti da latte sono più sottili e deboli = più sensibili ai batteri che causano la carie.
- Se un dente da latte deve essere estratto = il dente permanente può uscire storto.



## **FASE 2** **DA 2 A 6 ANNI**

Fino a quando non spuntano tutti i dentini, il bambino ha spazi vuoti in bocca, dovuti ai denti che devono ancora nascere, e soffre di gengive doloranti.

Deve continuare a esercitarsi a spazzolare i denti, sempre con l'aiuto dei genitori, con movimenti circolari delicati per le gengive, specialmente dove si forma la placca.

Lo spazzolino deve avere una testina piccola e setole morbide, un manico largo ed ergonomico, affinché sia comodo perché il bambini impari, poco a poco, a lavarsi i denti da solo.

Il dentifricio è lo stesso (massimo 1000 ppm di fluoro), ma in una quantità equivalente a un pisello<sup>(1)</sup>.

## CONSIGLIO!

Fino a quando non impara a sputare, il bambino può inclinare la testa per far cadere la schiuma nel lavandino.

### Il tuo bambino si oppone e non vuole lavarsi i denti?

- Compra uno spazzolino con il suo personaggio o eroe preferito.
- Visita il [nostro sito web](#) e scopri le filastrocche elmex dello spazzolamento da 2 minuti.
- Regalagli una stellina ogni volta che si lava i denti, per poi riscattare un premio.



### IL SUO AMICO DENTISTA

- La prima visita è intorno ai 12-18 mesi.
- I denti devono essere controllati regolarmente.
- Se c'è placca bianca, potrebbe trattarsi di batteri cariogeni.
- Se ci sono macchie bianche o marroni, bisogna fissare un appuntamento urgentemente.

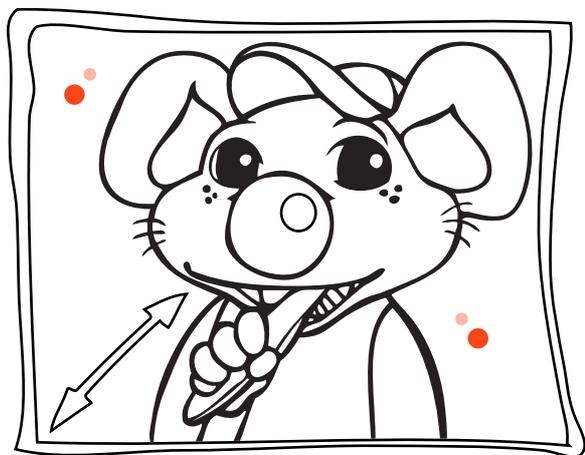


### LA POLEMICA DEL FLUORO

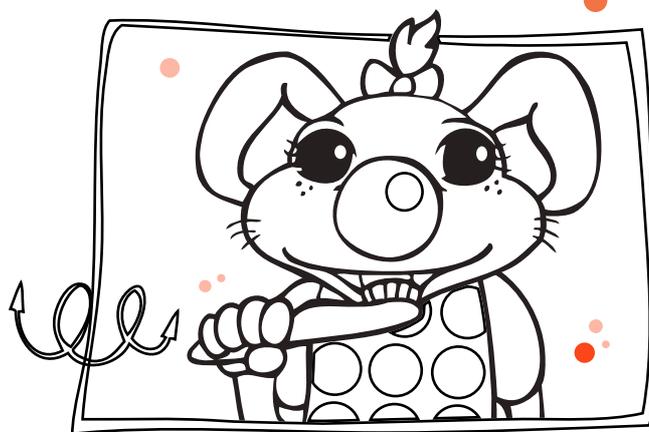
La fluorosi dentale è una malattia causata dall'ingerimento di quantità eccessive di fluoro per un lungo periodo di tempo. Può danneggiare i denti, macchiandoli o dando loro un effetto marmorizzato. Il rischio nei bambini è trascurabile, molto inferiore a quello di contrarre carie utilizzando dentifrici senza fluoro.

**Conclusione:** non eliminare il fluoro "per sicurezza", ma rispettare le quantità raccomandate in ogni fase della crescita<sup>(2)</sup>.

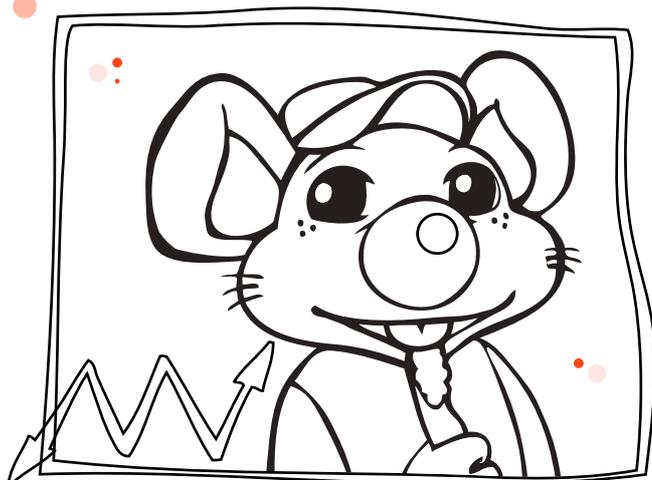
**Colora i nostri topini e scopri quali sono i passi per lavarti i denti perché siano sempre sani.**



1



2



3

**Ora che sei grande e sai già contare, unisci i puntini e scopri come rendere i tuoi denti sempre più forti.**

