

# Tutti combattono il MostroCarie.

La prevenzione si fa anche a scuola.





Sappiamo che lavarsi i denti è un po' noioso e magari, a scuola, non ti va...

Ma devi sapere che proprio tutti si lavano i denti, anche i fantasmi e i cattivi delle storie! Il motivo è che tutti hanno paura di un mostricciattolo piccolo piccolo, ma molto agguerrito, che cerca di nascondersi nella tua bocca ogni volta che dimentichi di spazzolare i denti: MostroCarie!



Quindi, anche a scuola, dopo la merenda o il pranzo (se fai il tempo pieno), con l'aiuto di spazzolino e dentifricio, lavati i denti e attiva il tuo "superpotere" contro la Carie che vuole danneggiare il tuo bel sorriso!

Come ogni supereroina o supereroe, anche tu hai un valido aiutante al tuo fianco: **Meddi!**

Un dentino furbetto che ti darà alcuni consigli per compiere la tua missione nel migliore dei modi:





**1** Prepara a casa, con l'aiuto dei tuoi genitori, tutta l'attrezzatura giusta per l'igiene orale dedicata solo alla scuola. Scegli con la mamma uno spazzolino a setole morbide o medie; ce ne sono di bellissimi e colorati al supermercato!

**2** Scegli anche una buona pasta magica da usare con lo spazzolino, cioè un dentifricio al fluoro: puoi comprarlo al gusto di fragola o di lampone!



**3**

Una bella idea, per sconfiggere la noia, può essere quella di lavare i denti a scuola insieme con i tuoi compagni! Contrassegna il tuo spazzolino con un'etichetta colorata che riporta il tuo nome e cognome così da non scambiarlo per errore con gli altri (lo spazzolino è personale e non va prestato mai ai tuoi amici).

**4**

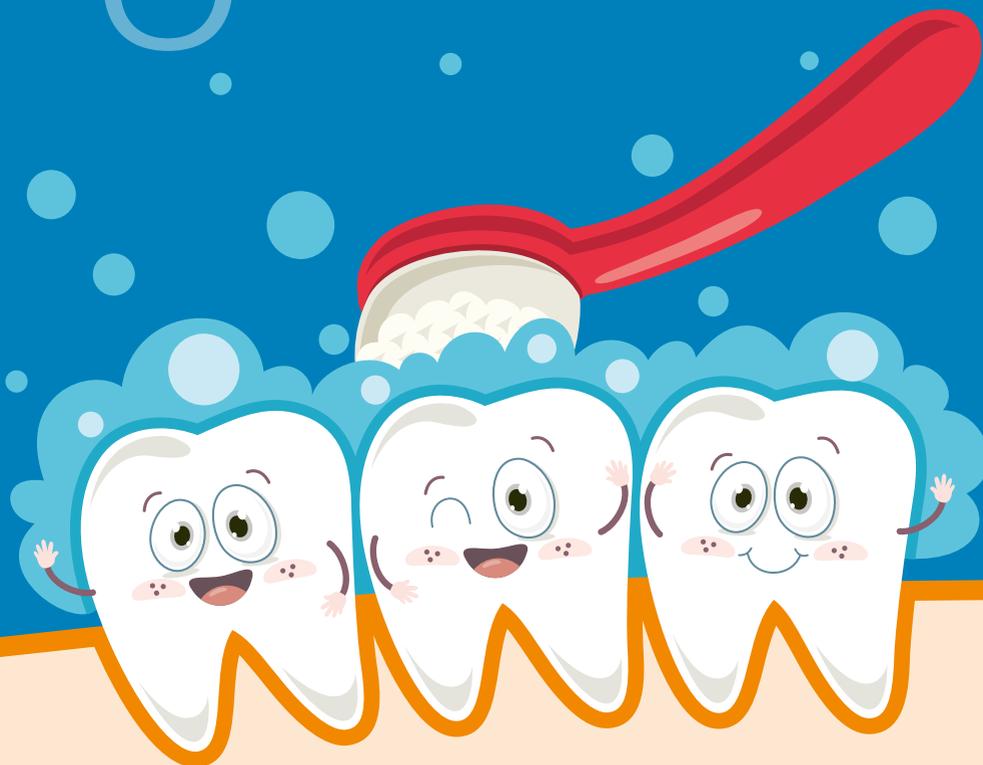
Ricorda che l'operazione di attacco al Mostro, cioè di spazzolamento, deve durare almeno 2 minuti. Se ti piace l'idea porta con te, insieme allo spazzolino e al dentifricio, una piccola clessidra.

Ti aiuterà a capire quanto tempo è trascorso dall'inizio della pulizia. In alternativa, durante il lavaggio dei denti, canticchia la tua canzone preferita e termina la pulizia alla fine del canto.



**5** Metti sulle setole dello spazzolino una punta di dentifricio grande come un pisello e inizia a spazzolare accuratamente.

Posiziona lo spazzolino sulla parte esterna delle gengive e inizia a passarlo ruotandolo in senso verticale, quindi dal rosa delle gengive al bianco del dente. Mostrocarie è bravissimo a nascondersi ovunque, in tutti gli spazi più stretti, restandosene acquattato in attesa di colpire!



**7** Ripeti il procedimento sulla parte interna dei denti e, infine, su quella piatta su cui vai a masticare, ricorda infatti che i tuoi denti hanno più facce! Se ne lavi solo una, MostroCarie ti prenderà in giro nascondendosi dall'altra parte.

**8** Sciacqua accuratamente la bocca con acqua corrente aiutandoti con un bicchiere o con una tazza. Infatti una bella ondata porterà via tutti i mostriattoli dalla tua bocca.





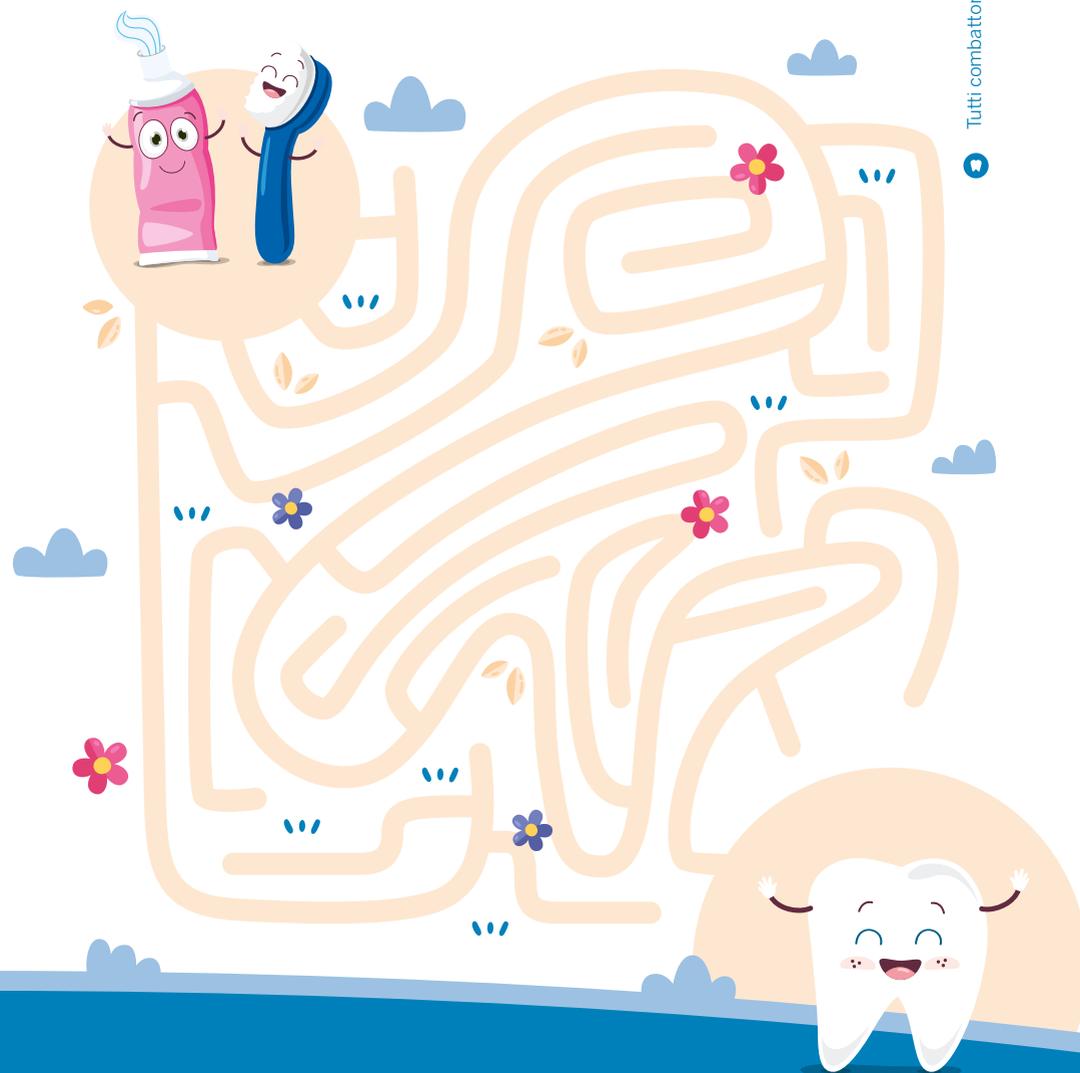
1

9 Riponi lo spazzolino in un astuccio dedicato dopo avergli messo il cappuccio di protezione.

Ricorda che MostroCarie non si combatte solo quando si lavano i denti dopo la merenda o il pranzo, ma anche quando scegli cosa mangiare: meglio frutta, verdura e formaggi per mantenere i denti forti ed evita il più possibile dolci e caramelle, che sono tanto amiche di MostroCarie e lo aiutano a fare del male al tuo bel sorriso!

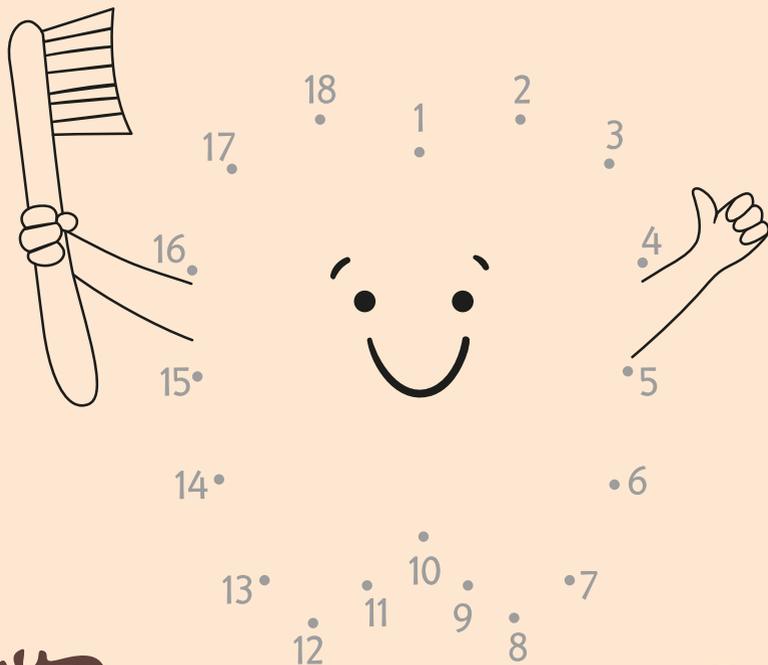


Gioca con noi! Aiuta spazzolino e dentifricio a raggiungere Dentix per una perfetta igiene orale.



9

Divertiti con noi! Congiungi, con la matita, i punti da 1 a 18 e scopri l'immagine misteriosa!



*L'educazione  
a una corretta  
igiene orale  
nasce in famiglia.*

Dott. Michele Quinto  
Fondatore di Medicenter

Al fine di prevenire patologie dentali, l'igiene orale deve riguardare tutti i membri del nucleo familiare, grandi e piccini. È compito dei genitori assicurarsi che anche i figli seguano buone e corrette abitudini di pulizia. Rendendo l'igiene orale parte di una routine quotidiana, anche i tuoi ragazzi potranno trovare spazio per spazzolare i denti tra i tanti impegni della giornata.





[www.medi-center.it](http://www.medi-center.it)