

## DENTI SANI



Paura del dentista? Noooooo. Io seguo sempre le quattro regole del sorriso smagliante:

1. lavarsi i denti
2. evitare continui spuntini al di fuori dei pasti e della merenda
3. non bere bevande zuccherate prima di andare a dormire (oppure lavarsi di nuovo i denti)
4. andare regolarmente dal dentista.

Ricorda che i denti si rovinano a causa della CARIE. Essa si produce per via dei batteri che si formano in bocca e si appiccicano ai denti formando una pellicola chiamata PLACCA. I batteri si nutrono delle particelle del cibo –amidi e zuccheri- che noi mangiamo quotidianamente e poi producono ACIDO che attacca i nostri denti. Mezz'ora circa dopo aver mangiato, la saliva lava via l'acido prodotto dai batteri; poi i minerali contenuti nella saliva (e quelli che si trovano nei moderni dentifrici!) arrivano per riparare i danni fatti dall'acido.

Ma se questi attacchi avvengono troppo spesso, il dente non riesce più a ripararsi e si caria.

Hai capito tutto quel che hai letto? Allora rispondi sul tuo quaderno.



- A) Che cos'è la placca batterica?
- B) Di cosa si nutrono i batteri?
- C) Quale tipo di sostanza attacca i nostri denti?
- D) Con quali mezzi naturali o meccanici ci possiamo difendere dall'attacco di questa sostanza?

Ecco un dente in sezione. Mancano però i nomi di alcune parti fondamentali di esso: **gengiva**, **smalto**, **polpa** e **dentina**. Scrivili al posto giusto accanto all'immagine, dove indicato dalle linee.

