

Come garantire dentini di latte belli e sani sin dall'inizio ?

La carie è causata da un batterio

Curate i vostri denti già durante la gravidanza

Per controllare la temperatura del latte nel biberon, mettetene una goccia sul dorso della mano, ma non provatelo e, soprattutto, non mettete mai in bocca la tettarella.

Non offrite mai al bambino latte zuccherato o bevande dolci per farlo addormentare o al di fuori dei pasti.

Usate il ciuccio (di materiale morbido e di forma appiattita) solo per farlo addormentare e, soprattutto, non intingetelo mai nello zucchero o nel miele !

Cercate di eliminare il ciuccio al più tardi entro i 3 anni.
Eviterete così la deformazione dei denti !

COME CURARE I DENTINI DI LATTE ?

Spazzolandoli dopo ogni pasto, cosa che permette di eliminare i depositi di cibo che favoriscono lo sviluppo dei batteri.

- non appena compare il primo dentino.
- con uno spazzolino morbido (che va cambiato ogni 2 mesi) coperto con un po' di dentifricio per bambini.
- Fin verso i 5 – 6 anni aiutate il vostro bambino a pulire i denti specialmente il mattino e prima di andare a letto.

Utilizzate il sale fluorato e un dentifricio al fluoro

Che cosa sgranocchiare ?

Lo zucchero è il **nemico numero 1** dei denti di latte: infatti permette lo sviluppo dei batteri cariogeni

Perciò:

Somministrare alimenti zuccherati solo coi pasti principali (dessert, dolce).



Per le caramelline da succhiare scegliete sempre prodotti col dentino come marchio (SYMPADENT).

Alcune idee per le merendine

Frutta: mele, frutti succosi sottoforma di purea o a pezzettini, succhi di frutta senza aggiunta di zucchero.

Verdura: carote o altre verdure crude

Date latte, joghurt, formaggini (petits suisses), formaggio.

Crackers di riso, pane o panini senza zucchero. Evitate le sbarrette di cereali e altri biscotti zuccherati.

Quando andare dal dentista ?

Il vostro pediatra controllerà i dentini del vostro bambino e vi consiglierà un controllo dal dentista se necessario.

Parlatene con lui o con l'infermiera del poliambulatorio.