REGIONE LAZIO

CRESCI CON IL TUO SORRISO:
PREVENZIONE ODONTOIATRICA PER I BAMBINI PROMOSSA
DALLA REGIONE LAZIO CON LA TUA ASL.

PRESENTAZIONE

Questo libro, destinato ai bambini della scuola primaria, fa parte della campagna di prevenzione rivolta a tutti i bambini, fanciulli e ragazzi da 0 a 14 anni, promossa dalla Regione Lazio con la partecipazione di tutte e 12 le Aziende Unità Sanitarie Locali (AUSL) della regione .

Gli interventi nelle scuole hanno avuto il patrocinio dell'ufficio Scolastico Regionale per il Lazio, che ha condiviso il progetto inviando una lettera di partecipazione a tutte le scuole.

Il docente potrà utilizzare le schede per un'attività di educazione alla salute in classe.

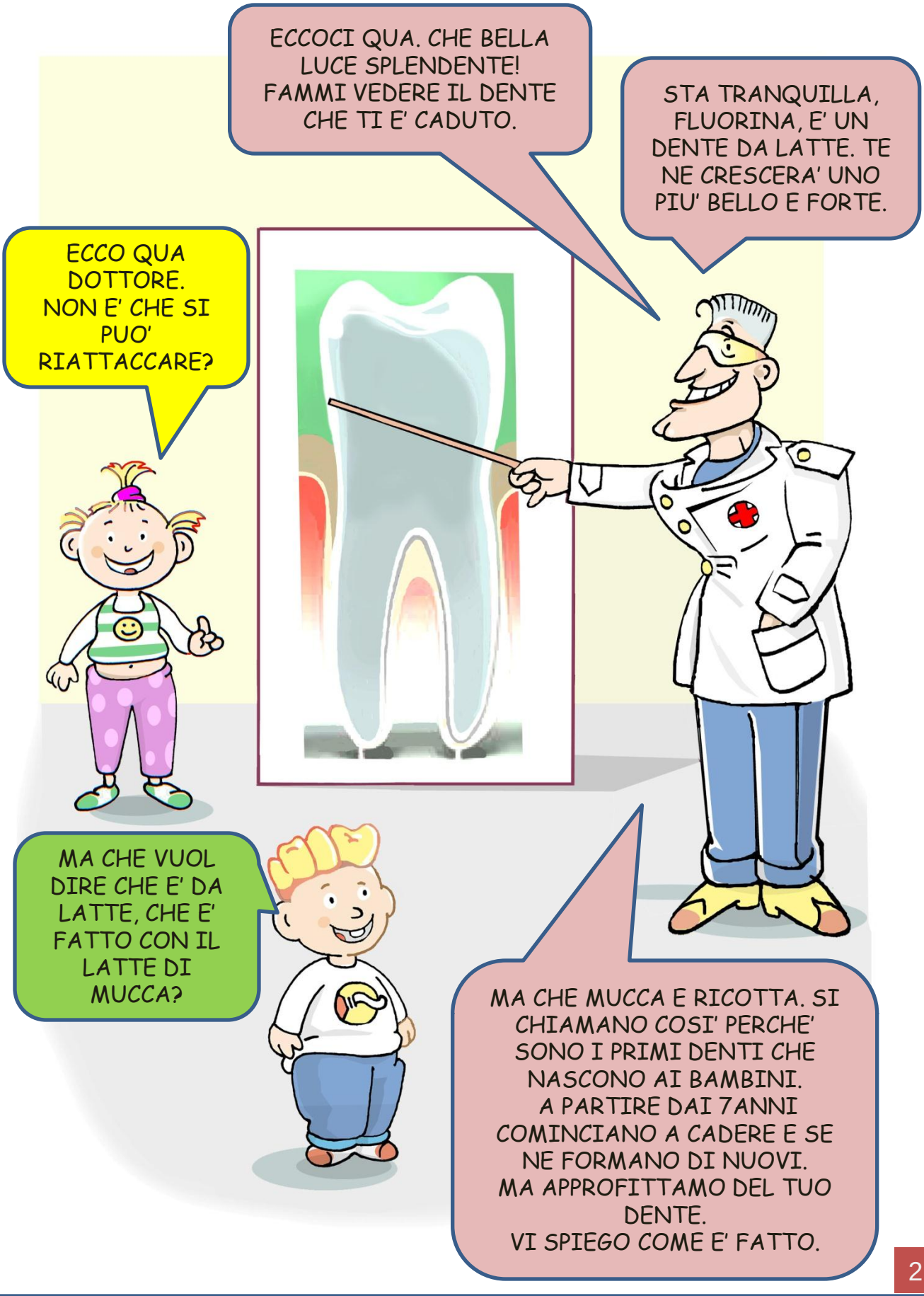
Ultimato il lavoro a scuola il libro potrà essere portato a casa dal bambino ed essere utilizzato con i propri genitori per completare la seconda parte delle schede.

PREVENIRE SIGNIFICA CONOSCERE
IL PROPRIO CORPO,
NUTRIRLO NEL MODO GIUSTO,
EVITARE COSE CHE GLI FANNO MALE,
E RICORRERE AL TUO AMICO MEDICO AL
MOMENTO GIUSTO.

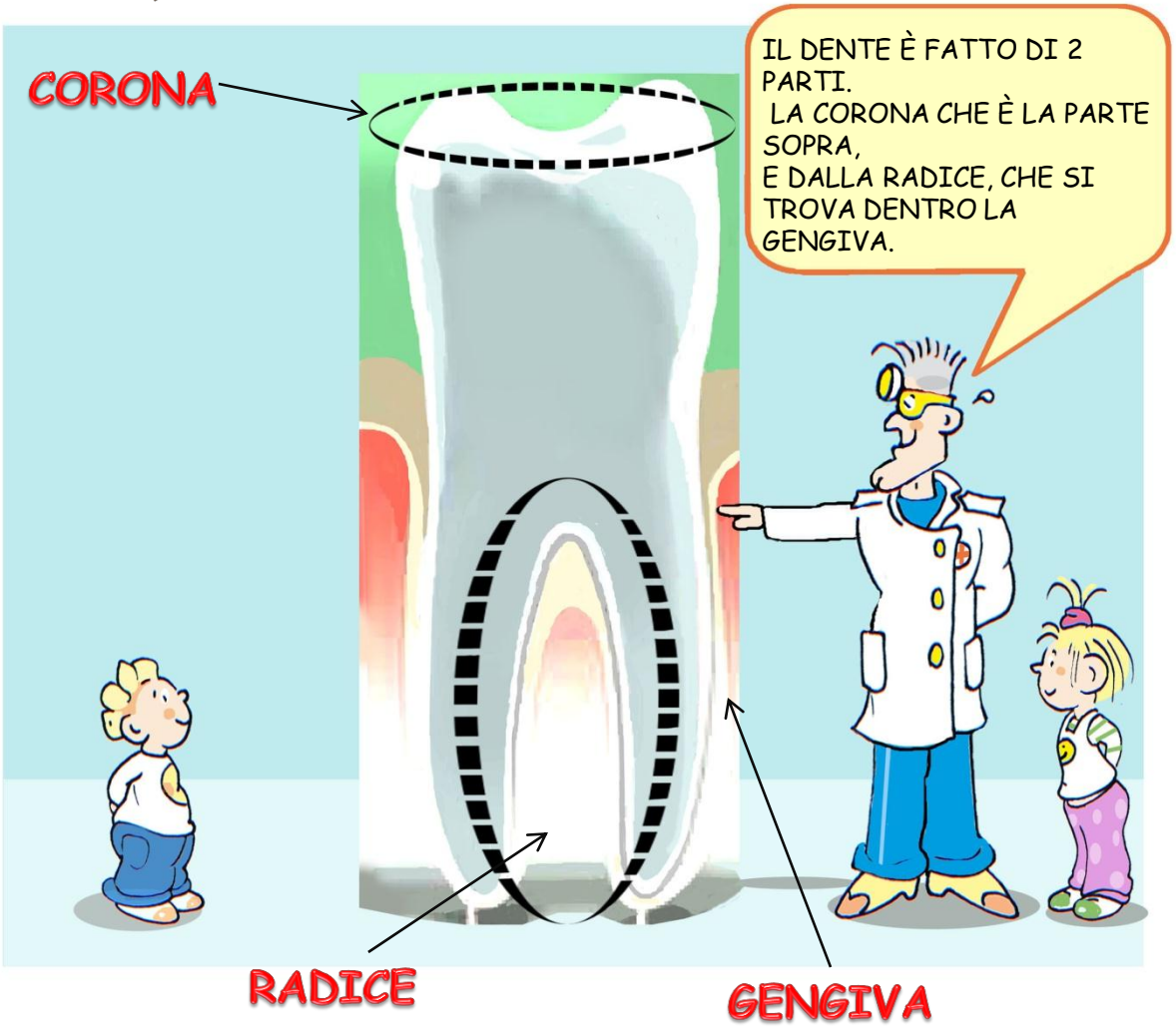
Assessorato alla Salute Regione Lazio

Inizia la storia, al buio.

Il dente da latte.



Piacere, io sono il dente.



MA MISTER DENT-ONE A COSA SERVE LA GENGIVA?

TUTTO QUELLO CHE È NEL CORPO SERVE SEMPRE A QUALCHE COSA. E LE GENGIVE SERVONO A PROTEGGERE LE RADICI DEI DENTI E A TENERLI AL LORO POSTO. SENZA GENGIVE ADDIO DENTI. E IO SAREI DISOCCUPATO.

GIÀ, A COSA SERVE. NON NE POSSIAMO FARE A MENO?

Un dente tutto da scoprire

MA DENTRO AL DENTE COSA C'É.

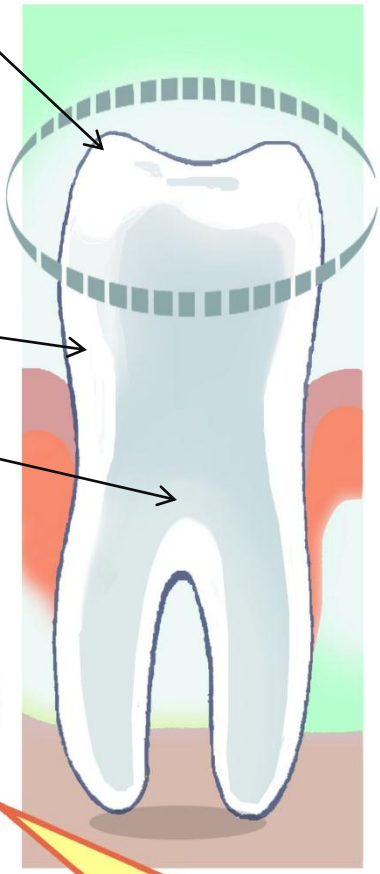
BRAVO CALCIO, É UNA BELLA DOMANDA. VEDIAMO. PROVIAMO A GUARDARE DENTRO.

LA PARTE ESTERNA BIANCA CHE RICOPRE IL DENTE E' LO SMALTO. É DURO COME LA TESTA DI UN ASINO. É LUCIDO E SPLENDENTE, NATURALMENTE SE TI PULISCI I DENTI.

SMALTO

DENTINA

POLPA



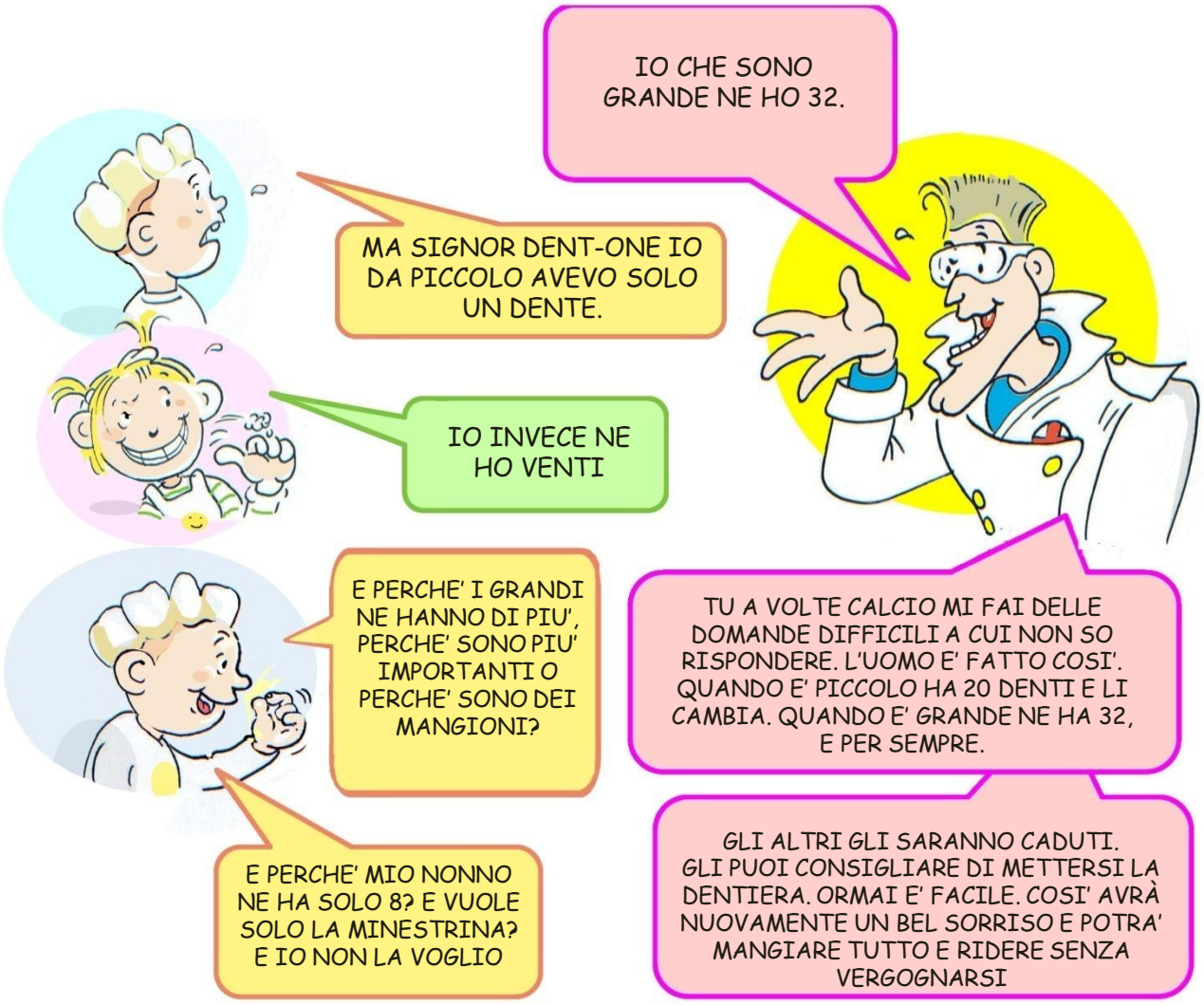
LA PARTE SOTTO ALLO SMALTO É UN MATERIALE MENO DURO, MA ROBUSTO ED ELASTICO. SI CHIAMA DENTINA. PROTEGGE LA POLPA.

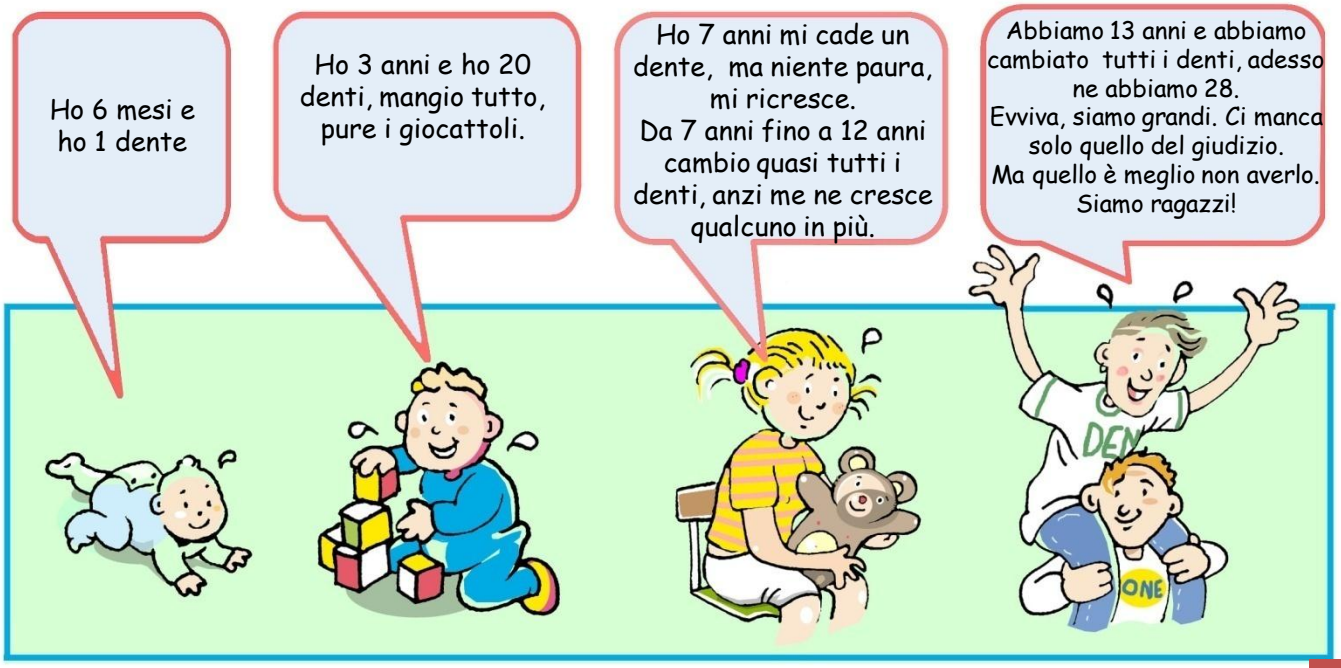
LA POLPA E' MORBIDA E MOLTO DELICATA, PER QUESTO E' PROTETTA DALLO SMALTO E DALLA DENTINA. E' QUELLA CHE CI FA SENTIRE IL CALDO E IL FREDDO, MA ANCHE IL DOLORE SE VIENE BUCATA DALLE CARIE.

MA È SEMPLICE ZUCCONE, BASTA NON FARSI VENIRE LE CARIE.

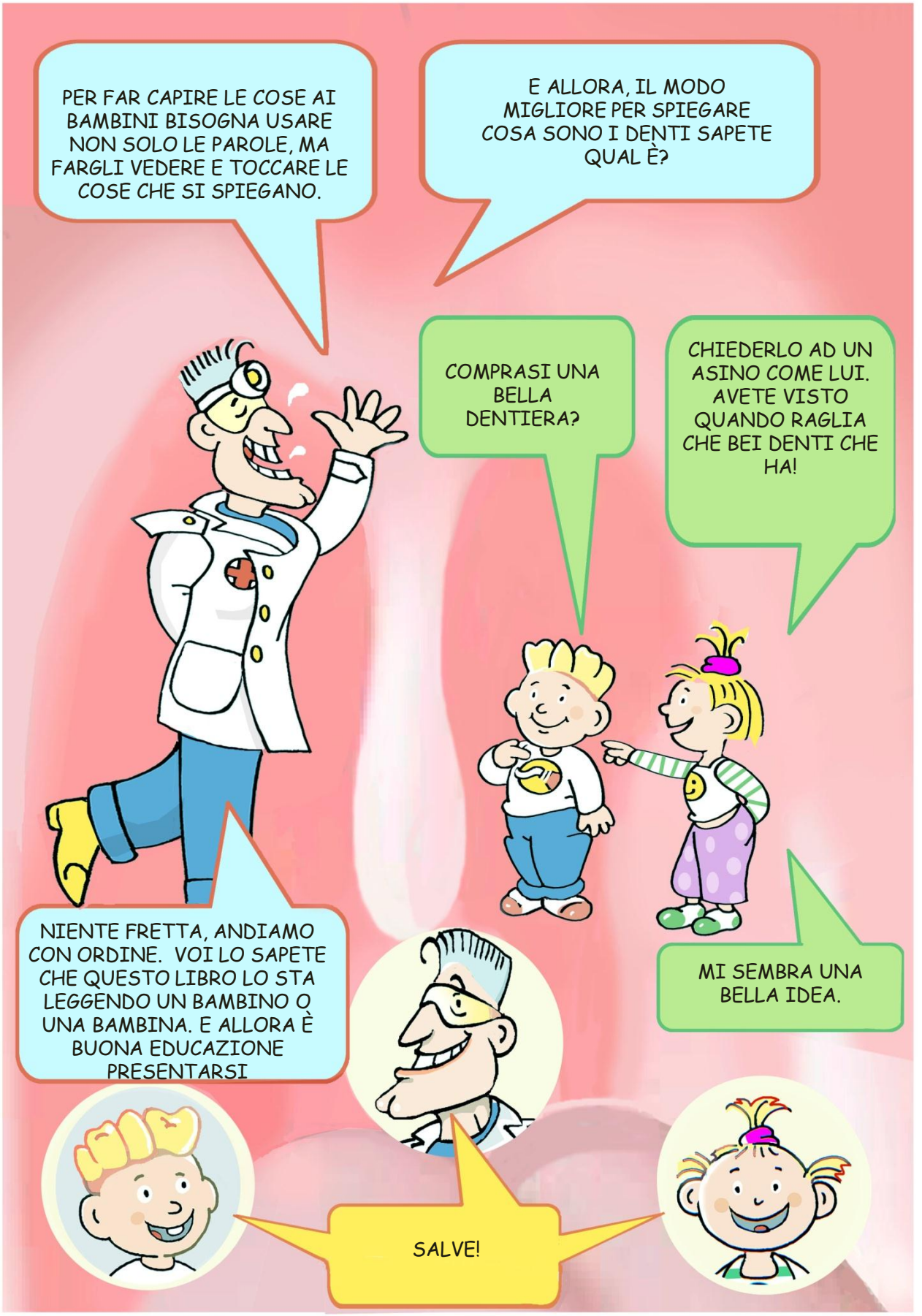
AHIO, OHIO, IO GIÀ SENTO UN DOLORE. E COME SI FA A NON AVERE DOLORE?

Un dente + un dente fa?

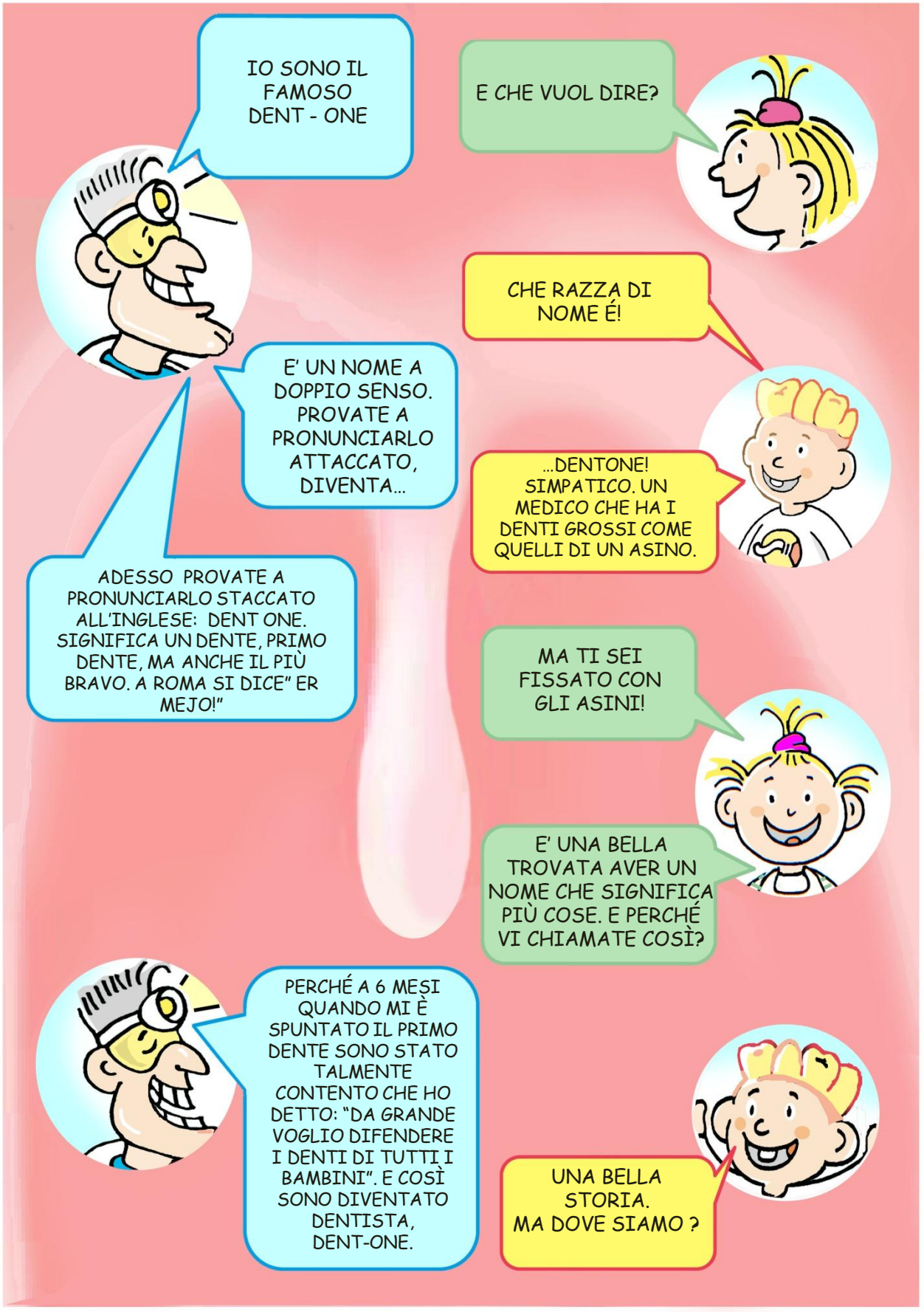




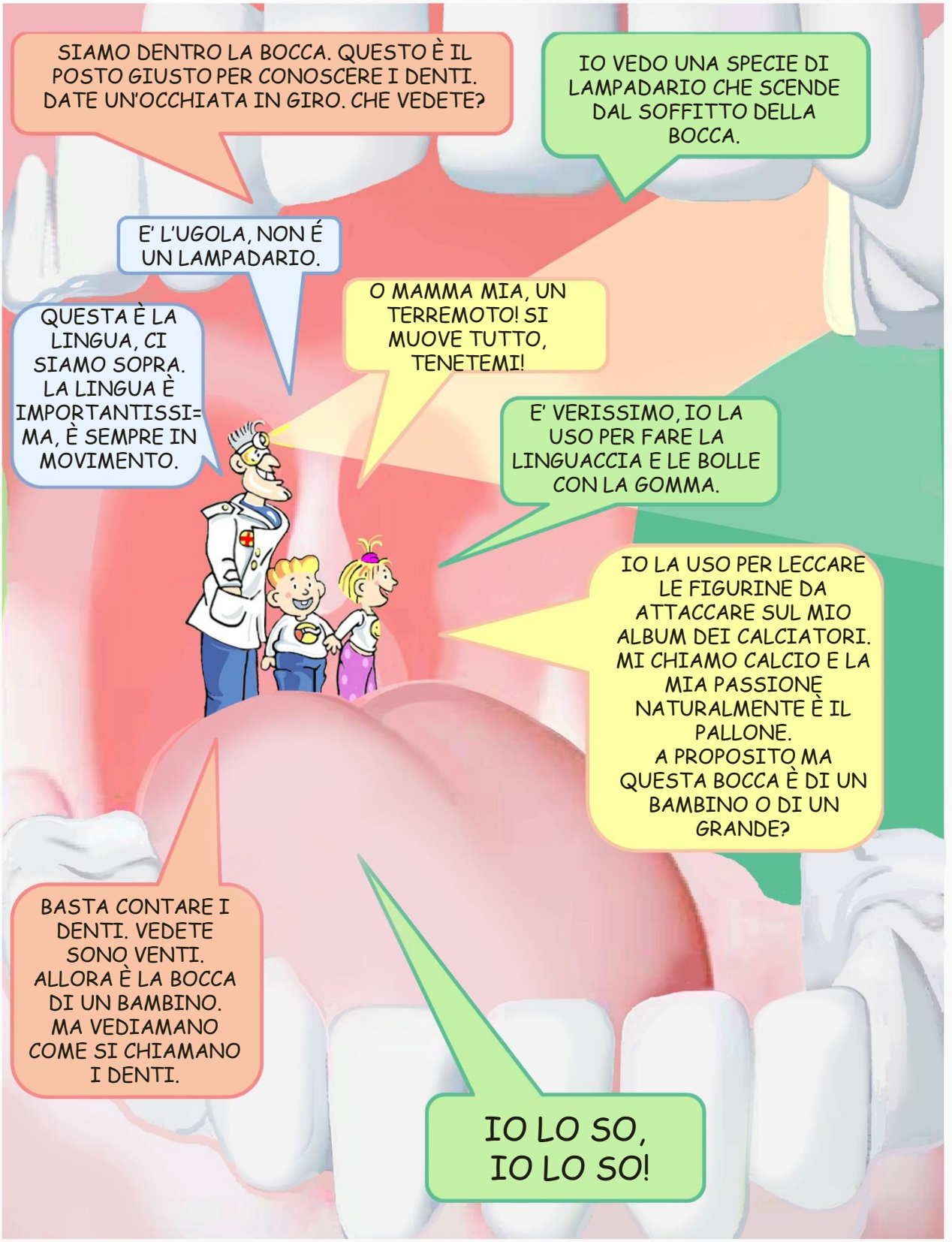
E adesso che facciamo?



Questa si che è educazione: le presentazioni.

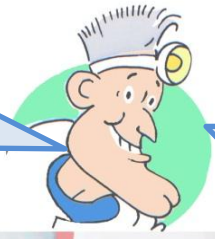


Ti sei mai guardato in bocca?

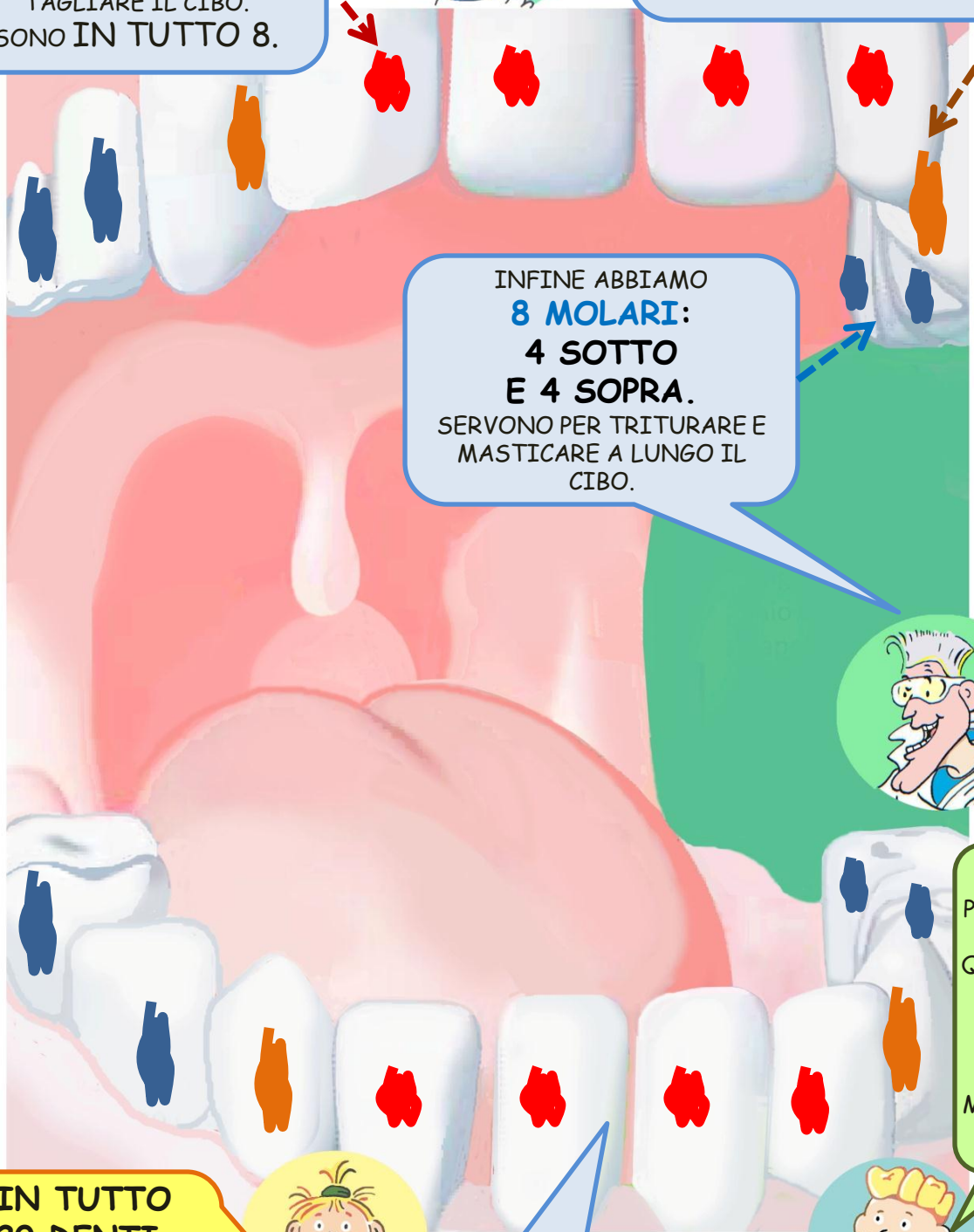


La conta dei denti.

QUELLI AL CENTRO, SONO GLI **INCISIVI:**
4 SOPRA E 4 SOTTO,
SONO AFFILATI, SERVONO A TAGLIARE IL CIBO.
SONO IN TUTTO 8.



VICINO AGLI INCISIVI CI **SONO I**
4 CANINI:
2 SOPRA E 2 SOTTO.
SERVONO A STRAPPARE IL CIBO. IL NOME CANINO FA PENSARE AI MORSI DEI CANI.



INFINE ABBIAMO
8 MOLARI:
4 SOTTO
E 4 SOPRA.
SERVONO PER TRITURARE E MASTICARE A LUNGO IL CIBO.

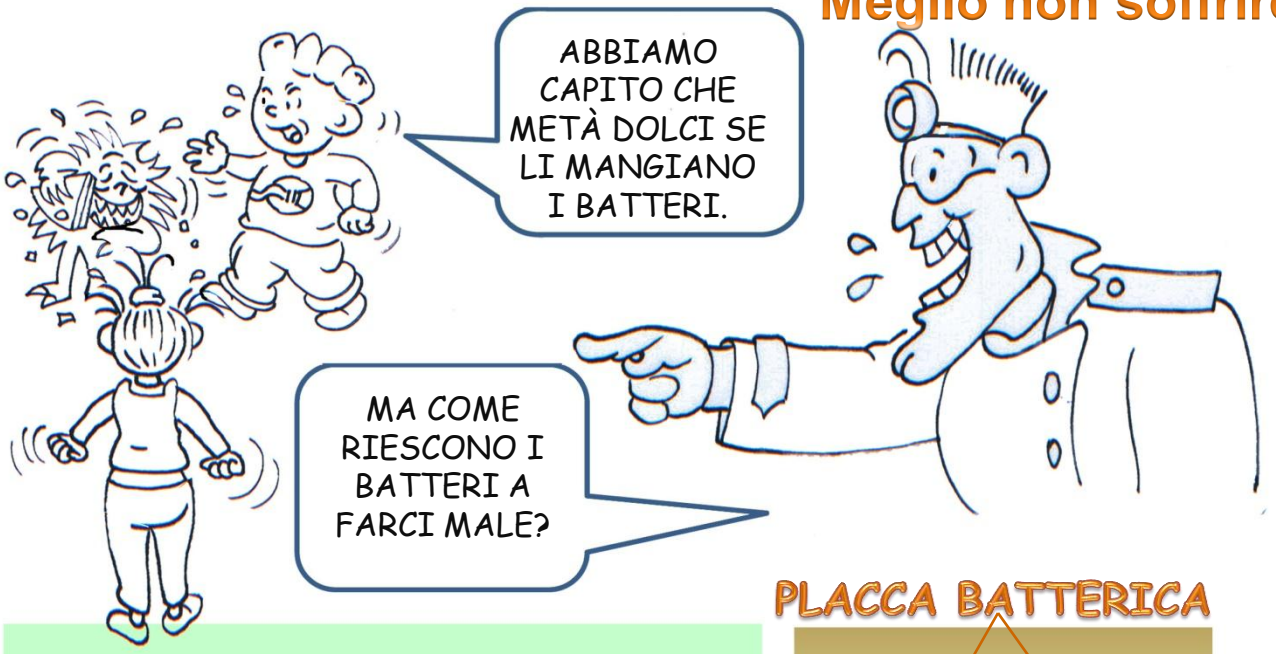
A PROPOSITO MA QUANDO SI MANGIA QUANTO TEMPO SI DEVE MASTICARE IL CIBO?

IN TUTTO
20 DENTI.
8 incisivi,
4 canini,
8 molari.

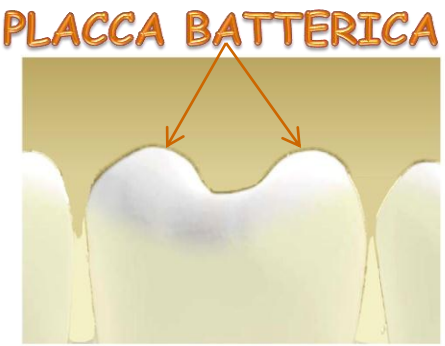
PIÙ MASTICHI E MEGLIO È.
NON SI DEVE MANGIARE IN FRETTA.
RICORDA, LA DIGESTIONE INIZIA NELLA BOCCA.

Amici - Nemici

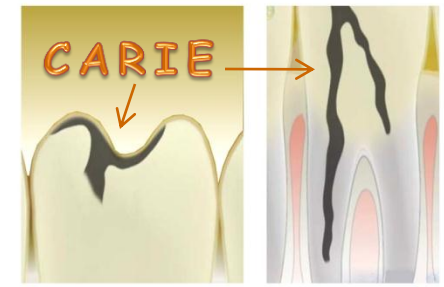
OGNI GIORNO NELLA BOCCA SI SVOLGE UNA GRANDE BATTAGLIA. DA UNA PARTE CI SONO I BATTERI E DALL'ALTRA IL DENTE CHE SI DIFENDE CON LE ARMI CHE TU GLI DAI. CIRCONDA CON IL COLORE VERDE GLI AMICI DEI DENTI, CON IL COLORE ROSSO I NEMICI.



I batteri quando diventano tanti e forti cominciano a formare la placca batterica sopra i denti, una pellicola giallognola che comincia a ricopre lo smalto bianco dei denti.



La placca batterica, man mano che cresce, comincia a produrre una specie di acido che riesce pian piano a bucare lo smalto del dente, poi buca la dentina, fino ad arrivare alla polpa. Così si forma la carie.
A questo punto son dolori: Ahi che male!



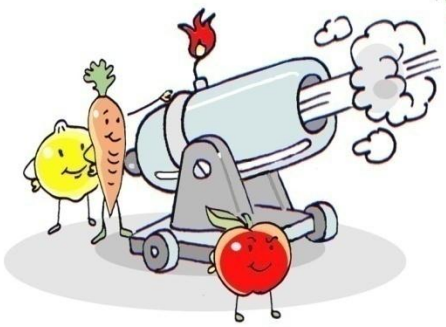
Oltre a creare le carie, i batteri possono anche infiltrarsi nelle gengive, intorno alle radici del dente, formando una pellicola che si chiama tartaro, che può creare molti problemi ai denti.

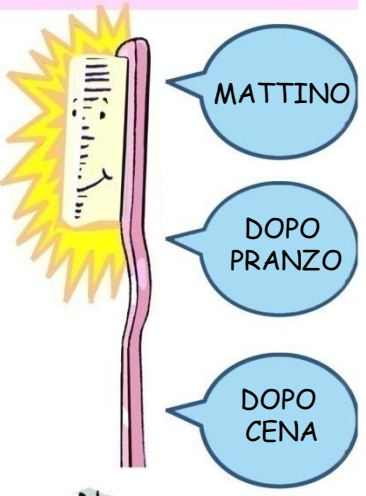
IL DENTE COME SI PUO' DIFENDERE DA QUESTI TERRIBILI NEMICI?

BISOGNA AVERE DEI COMPORTAMENTI GIUSTI. FARE ALCUNE SEMPLICI COSE, MA TUTTI I GIORNI. ECCO DEGLI ESEMPI.

PULIRE I DENTI CON DENTIFRICIO ALMENO 3 VOLTE AL GIORNO E DOPO OGNI VOLTA CHE SI MANGIANO TANTI DOLCI.

La sconfitta dei Batteri.





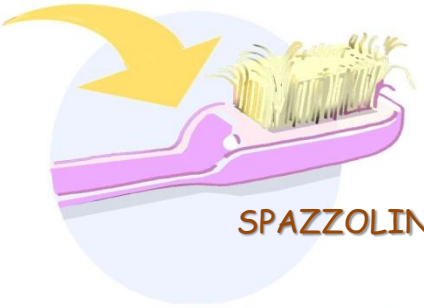
MANGIARE CIBI SANI E CON POCO ZUCCHERO, POCHE CARAMELLE, POCA TORTA. **POCO, MA DI TUTTO.**

TUTTA COLPA DI DENT-ONE, CHE GLI POSSA VENIRE UN SUPER MAL DI DENTI...

NON METTERE IN BOCCA LA MATITA, LA PENNA, LE DITA, **SONO SEMPRE RICOPERTE DA PARTICELLE DI SPORCO.**

ANDARE ALMENO **2 VOLTE L'ANNO DAL DENTISTA,** CIOÈ DA ME, IL VOSTRO AMICO SUPER DENTISTA.

LE TUE ARMI PER SCONFIGGERE I BATTERI E DIFENDERE I DENTI



SPAZZOLINO

Quando si deve cambiare?

Quando le setole sono tutte storte.
In ogni caso ogni 3 mesi.

DENTIFRICIO

PASTIGLIE DI FLUORO

Cosa deve contenere?

Una giusta quantità di fluoro.
Il fluoro è una sostanza che crea un specie di scudo bianco intorno al dente e lo difende dagli attacchi dei batteri.
Una vera corazza.

Se mangiamo tutti i giorni le pastiglie di fluoro proteggiamo i denti che devono ancora crescere.

ALIMENTAZIONE

Una buona alimentazione Sana ed equilibrata.

Che vuol dire sana ed equilibrata?

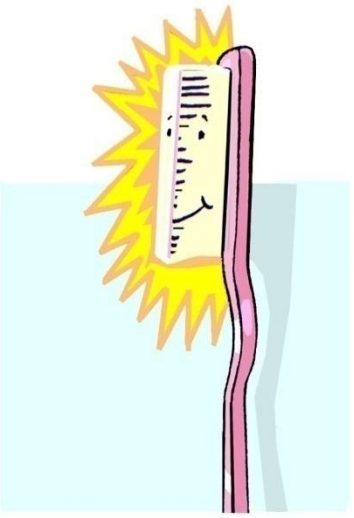
Vuol dire mangiare non solo un alimento, ma un po' di tutto:
Pasta, carne, formaggio, pesce, frutta, verdura.
Anche dolce, ma sempre in modo moderato.

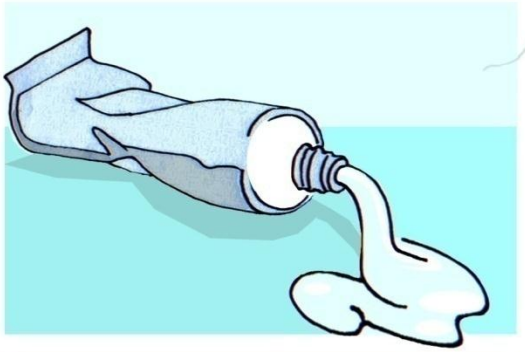
RICORDA CI DOBBIAMO VEDERE ALMENO 2 VOLTE L'ANNO.

I DENTI, TU LO SAI, SI RADDRIZZANO, QUANDO SONO STORTI, CON DEI PICCOLI APPARECCHI CHE METTE APPUNTO L'ORTODONZISTA

Ecco il tuo amico dentista Dent-One. Il suo nome giusto è odontoiatra perché è lui che tiene sotto controllo la salute dei tuoi denti e controlla anche se i denti sono un po' storterelli. Se un dente comincia ad avere qualche piccolo acciacco lo cura in un baleno e tutto senza dolore, o li raddrizza.
Però ci devi andare almeno due volte l'anno.

Non resta che armarsi di spazzolino.





SPAZZOLINO

Lo spazzolino per i bambini deve avere la testa piccola e le setole morbide per non rovinare le gengive. Va cambiato in ogni caso ogni 3 mesi. Non spazzolate con forza i denti, non sono dei campi da tennis!

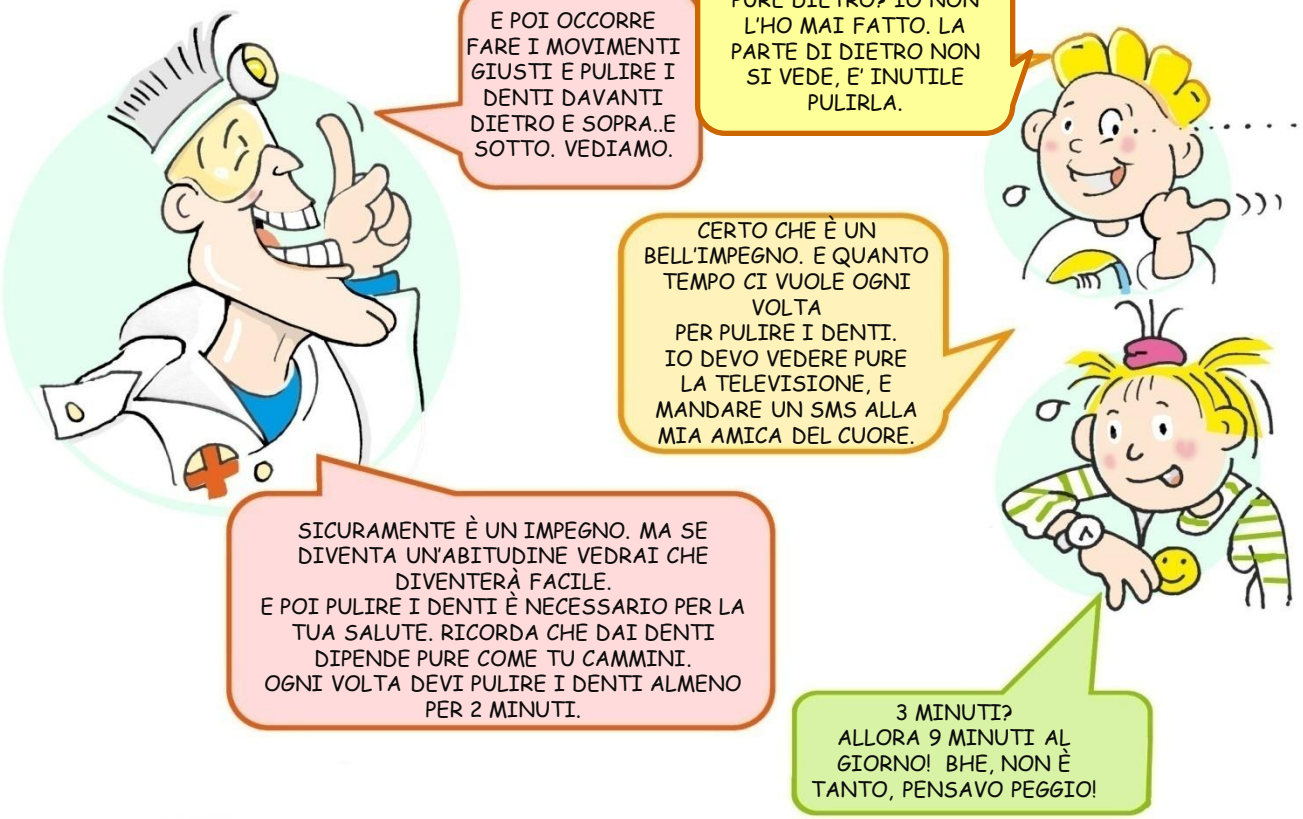
DENTIFRICIO

Nei bambini va usato un dentifricio con la giusta quantità di fluoro, perché il fluoro difende i denti dagli attacchi dei batteri.

FILO INTERDENTALE

Un buon filo interdentale serve per pulire gli spazi tra un dente e l'altro. Va usato almeno la sera , dopo cena.

L’esperto lava denti.



1) I denti vanno spazzolati tutti, anche quelli in fondo, i molari.

2) Lo spazzolino sui denti di sopra va passato partendo dalla gengiva , portando lo spazzolino verso il basso.

3) Lo spazzolino sui denti di sotto va passato partendo dalla gengiva , portando lo spazzolino verso l’alto.

4) Lo spazzolino va passato anche nella parte interna dei denti. Nello stesso modo.

5) Passare lo spazzolino anche sopra il dente. Sulla corona.

6) Per una pulizia completa e sicura occorre passare anche il filo interdentale. Si passa tra un dente e l’altro, dove la spazzolino non può entrare. Spesso è proprio tra un dente e l’altro che si nascondono piccole particelle di cibo.

DENTI CHE CADONO DENTI CHE CRESCONO

DENTI DECIDUI O DA LATTE (cadono) **DENTI PERMANENTI** (crescono e restano per sempre)

TRA 6 E 8 ANNI SI PERDONO I DUE INCISIVI CENTRALI, DUE SOPRA E DUE SOTTO.
E NASCONO 4 NUOVI MOLARI, 2 SOTTO E 2 SOPRA. SI CHIAMANO MOLARI DEL SESTO ANNO

POI SI CAMBIANO GLI ALTRI INCISIVI, QUELLI LATERALI..

TRA I 10 E 12 ANNI SI CAMBIANO I CANINI.

A 9 ANNI CADONO I PRIMI MOLARI DA LATTE E NASCONO I PRIMI PREMOLARI. A 11 ANNI CADONO I SECONDOI MOLARI DA LATTE E NASCONO I SECONDI PREMOLARI.

NASCONO DUE NUOVI MOLARI SOTTO E DUE SOPRA. MOLARI DEL DODICESIMO ANNO.

GLI ULTIMI 4 MOLARI, QUELLI CHE SI CHIAMANO I DENTI DEL GIUDIZIO, SI METTONO VERSO I 18 ANNI.
A QUESTO PUNTO TUTTI E 32 DENTI SONO AL LORO POSTO.

E SE SI ROMPE UN DENTE?

O MAMMA MIA, MARIO SI E' ROTTO UN DENTE! E ADESSO CHE FACCIAMO?

MI DISPIACE, PUÒ CAPITARE. MA C'E' UN RIMEDIO. VI SPIEGO COSA FARE SE SI ROMPE UN DENTE.

SE POSSIBILE LAVA IL DENTE SOTTO L'ACQUA.

POI METTILO IN UN BICCHIERE CON DELL'ACQUA, O IN BOCCA.

Ahio, che dolore! Che faccio con il dente rotto?

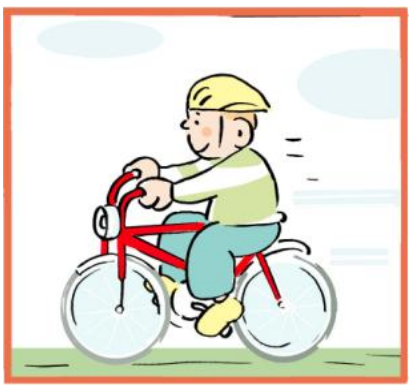
CORRI DAL TUO AMICO DENTISTA

RIATTACCHERÀ IL TUO DENTE E TI TORNERÀ IL SORRISO.

E CHE VUOL DIRE?

MA RICORDA, COME TUTTI SANNO, E' MEGLIO STAR BENE CHE STAR MALE.

VUOL DIRE, CARA FLUORINA, CHE BISOGNA FARE LE COSE CON LA ZUCCA E STARE ATTENTI. GUARDA QUESTE VIGNETTE, SECONDO TE COME È MEGLIO COMPORTARSI? **METTI SI** SUI COMPORTAMENTI GIUSTI, E **NO** SU QUELLI SBAGLIATI.



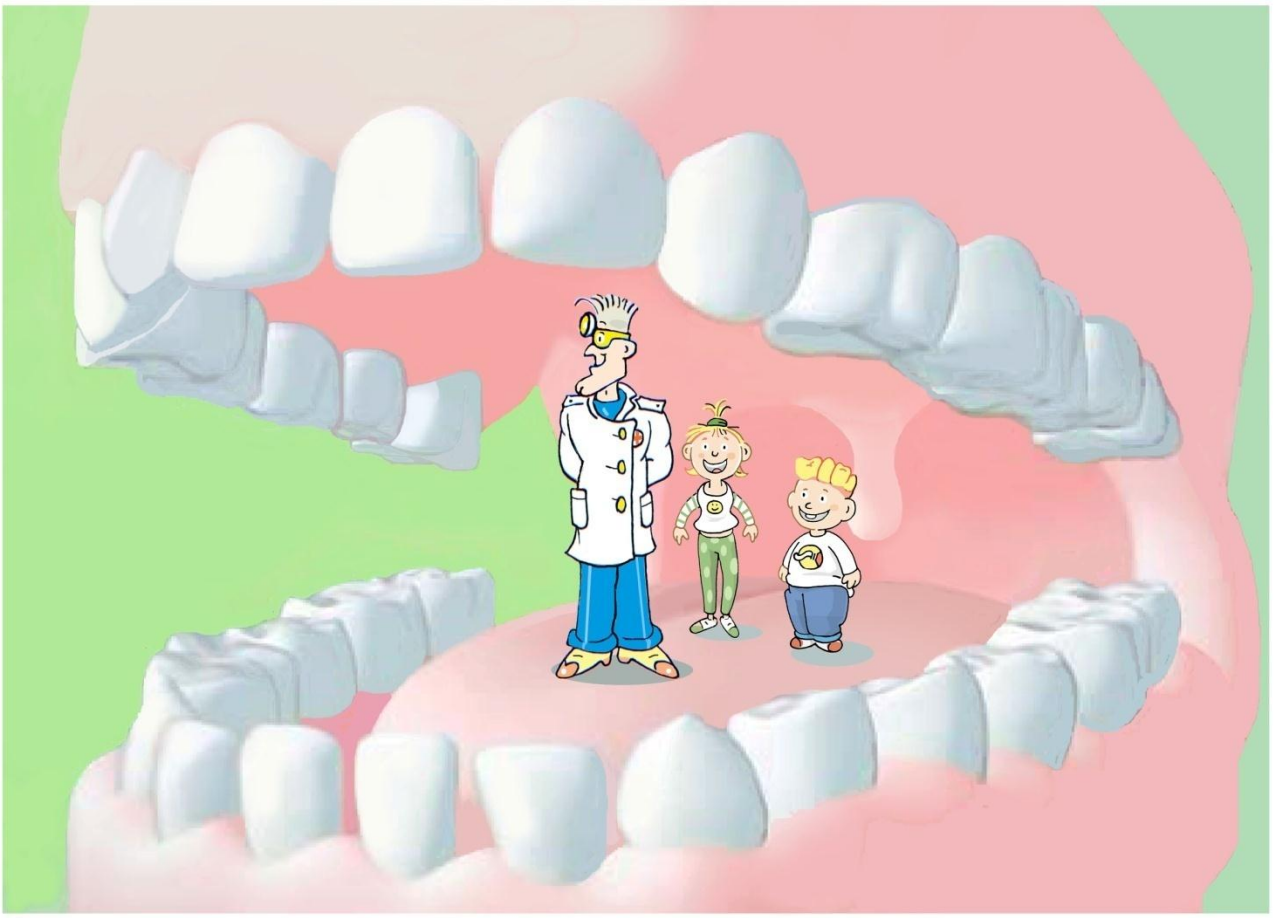
LA STORIA DEI MIEI DENTI

Ecco un modo divertente per raccontare la storia dei tuoi denti. Scrivi sui denti l'età di quando ti sono caduti, cadono o ti cadranno, e nei riquadri incolla una foto del tuo sorriso di quel periodo.

Incolla la tua foto e scrivi sotto la data

Incolla la tua foto e scrivi sotto la data

Incolla la tua foto e scrivi sotto la data



Incolla la tua foto e scrivi sotto la data

Incolla la tua foto e scrivi sotto la data

Incolla la tua foto e scrivi sotto la data

GLI APPUNTAMENTI CON IL MIO DENTISTA

Nome Dentista

Tel.

Studio in via

GIORNO DELLA VISITA	ORA	CHE COSA IL DENTISTA HA FATTO AI DENTI.	NUOVO APPUNTAMENTO: GIORNO E ORA.	COSA DEVO RICORDARE.	MI HA ACCOMPAGNATO…

GLI POSSO FARE QUALCHE DOMANDINA PER VEDERE SE HANNO CAPITO CHE COS'È LA TENDINA?

CIAO. SPERO CHE TUTTO QUELLO CHE TI ABBIAMO RACCONTATO SUI TUOI DENTI IO, CALCIO E FLUORINA SIA CHIARO E TI POSSA ESSERE UTILE PER AVERE SEMPRE UN BELLISSIMO SORRISO.

MA CHE TENDINA, QUELLA SI METTE ALLE FINESTRE. SI CHIAMA DENTINA, CIUCONE. E' MEGLIO CHE GLIELA FACCIO IO QUALCHE DOMANDA. VEDIAMO UN PO'....

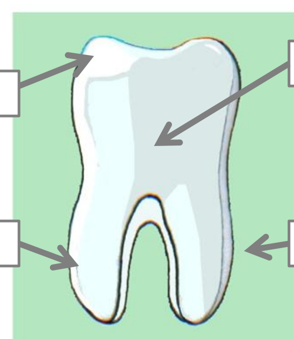
1. I bambini quanti denti hanno?

6	18	20	32

2. Come si chiamano i denti che servono per tagliare il cibo quando si mangia?

1) molari	2) incisivi
3) canini	4) premolari

3. Scrivi le diverse parti del dente.



2

4. Quanti denti ha una persona adulta?

31	35	21	32

5. Come si chiamano i denti che servono per triturare il cibo quando si mangia?

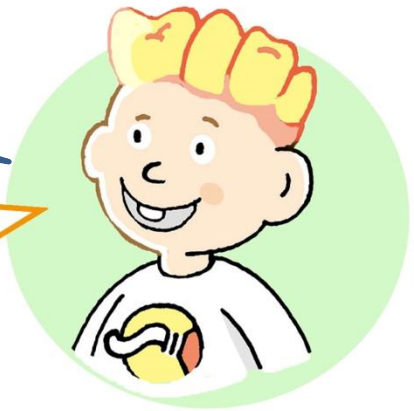
1) molari	2) incisivi
3) canini	4) premolari

Ssss… Scrivo piccolo per non farmi sentire da Fluorina. Se non ti ricordi le risposte giuste sono qua sotto scritte sottosopra.

3= controlla con la scheda n. 4 e 5

Risposte giuste | 1=20 | 2=2 | 4=32 | 5=1 e 4

ADESSO TOCCA A ME.
VEDIAMO UN PO' COSA HAI IMPARATO SUI DENTI…



Ti dico un segreto. Io pure ancora non so bene tutto sui denti e per rispondere guardo le risposte giuste nascoste in basso. Ma non lo dire a nessuno, soprattutto a Fluorina altrimenti si infuria coma una gallina.
E se adesso mi chiama ciuco somaro, se scopre la mia ignoranza mi chiama mulo imbalsamato.

1 Che cosa sono le carie?

- 1) Dei nei che si formano sui denti.
- 2) Un'otturazione fatta dal dentista.
- 3) Un foro creato nel dente dalla carie.

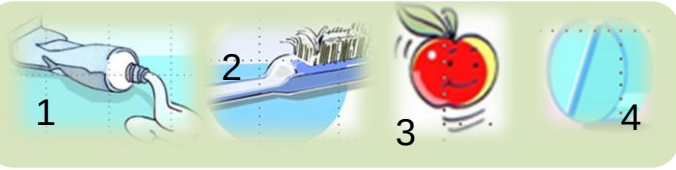
2 Quali sono i cibi che possono facilitare la crescita dei batteri?

- 1) Il cavolfiore lesso.
- 2) Le caramelle.
- 3) Gli spaghetti al sugo.

3 Metti una crocetta sui cibi che si dovrebbero mangiare nella giusta quanità per una dieta sana ed equilibrata.

4 Quante volte al giorno è necessario lavarsi i denti? Metti una crocetta sul numero giusto.

5 Metti una crocetta sugli strumenti necessari per il lavaggio dei denti.



6 Per quanti minuti ti devi lavare i denti ogni volta? Metti una crocetta sul numero giusto.

Risposte giuste

3=2,3,4,5	4=3
5=1,2	6=3
1=3	1=2

CURIOSITA'
E CONSIGLI UTILI

UN CONSIGLIO.
SPERIAMO CHE NON CAPITI MAI, MA È BENE CHE TU LO SAPPIA.
SE UN DENTE, DI QUELLI DEFINITIVI, SI DOVESSE SPEZZARE, NON LO DEVI BUTTARE, MA LO DEVI PRENDERE, METTERE IN BOCCA, COSI' LA SALIVA LO PROTEGGE, E ANDARE SUBITO DAL TUO DENTISTA. VEDRAI, SAPRÀ RIATTACCARLO.

MA È VERO CHE UNA MELA AL GIORNO TOGLIE IL MEDICO DA TORNO? PERCHÉ, È UNA MEDICINA?

È verissimo. La mela contiene tante vitamine e sostanze benefiche per l'organismo, più dell'altra frutta. Mangiare un mela al giorno fa benissimo. La devi mangiare a morsi. Però prima lavala ben bene. Così rinforzi la bocca, inoltre sembra che la mela prevenga anche l'insorgere delle carie. E' una buona abitudine mangiare a merenda un bella mela.

TANTO PER GIOCARE PROVA A SPIEGARE E A CHIEDERE CHE COSA SIGNIFICANO QUESTI PROVERBI CHE PARLANO DI DENTI.

A caval donato non si guarda in bocca.

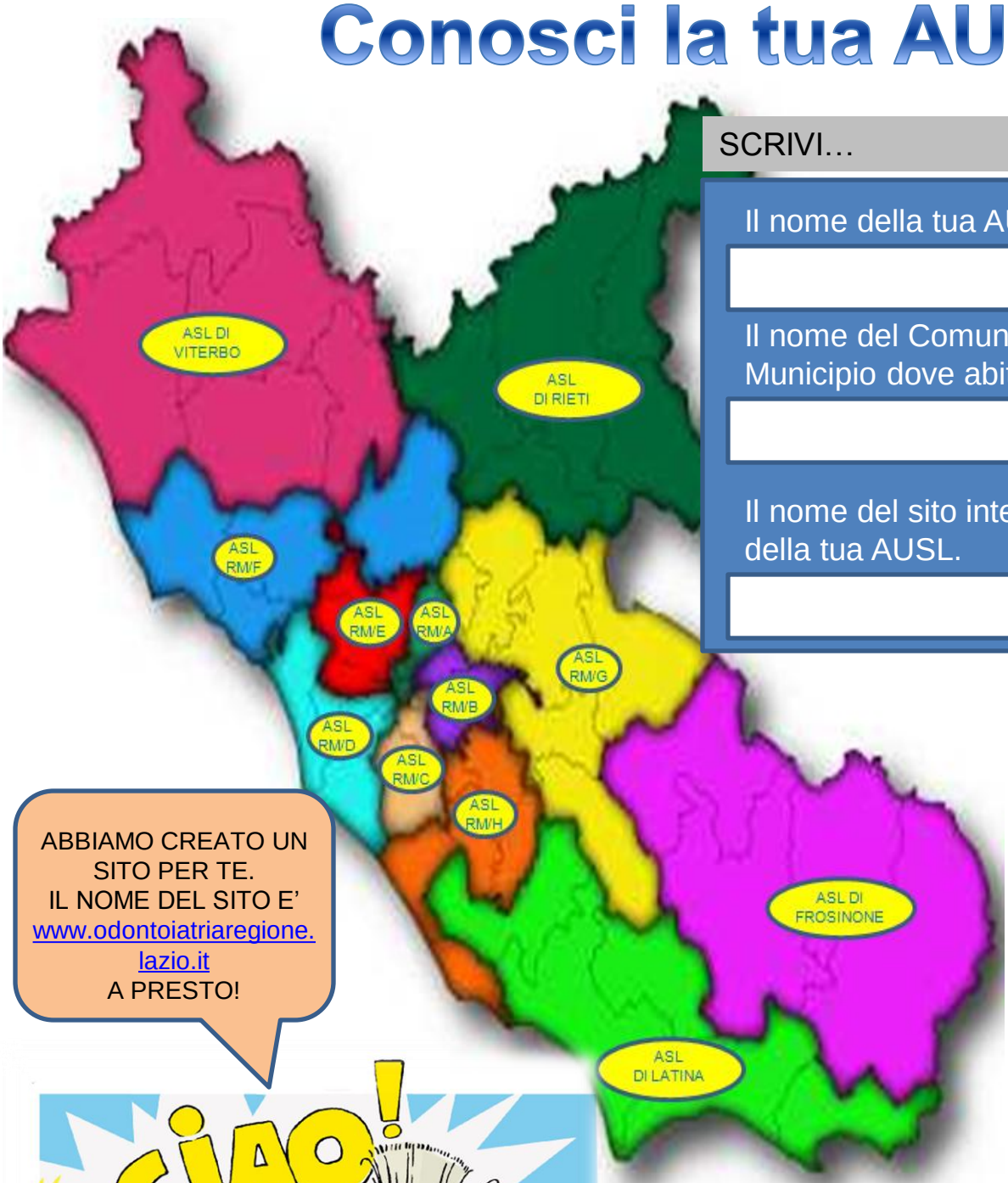
Chi ha i denti non ha il pane e chi ha il pane non ha i denti.

Trentadue denti non riescono a tenere a bada una lingua.

Non e' pane per i tuoi denti.

La lingua batte dove il dente duole?

Conosci la tua AUSL



SCRIVI…

Il nome della tua AUSL

Il nome del Comune o Municipio dove abiti.

Il nome del sito internet della tua AUSL.

ABBIAMO CREATO UN SITO PER TE.
IL NOME DEL SITO E' www.odontoiatriaregione.lazio.it
A PRESTO!

ADESSO CHE CI SIAMO CONOSCIUTI NON PERDIAMOCI DI VISTA.
RICORDA CHE I DENTI SONO IL TUO BIGLIETTO DA VISITA. NON LI TRASCURARE,
CON 9 MINUTI AL GIORNO POTRAI AVERE UN SORRISO SEMPRE INTORNO.

INDICE

ARGOMENTO	PAGINA
Inizia la storia di DENT-ONE	1
Il dente da latte	2
Presentazione delle parti del dente	3 e 4
La conta dei denti: denti da latte denti permanenti	5
La presentazione dei personaggi: Dent-One, Fluorina, Calcio	6 e 7
La bocca	8
I denti decidui, denti da latte	9
Gli amici-nemici dei denti	10
Carie, placca batterica, tartaro	11
Guerra ai batteri	12
Le armi per sconfiggere i batteri e difendere i denti	13
Spazzolino, dentifricio e filo interdentale: armi di difesa	14
Il modo giusto di lavare i denti	15
Denti che cadono denti che crescono	16
E se mi rompo un dente?	17 e 18
La storia dei miei denti	19
Il diario con il tuo dentista	20
Vediamo se lo sai?	21 e 22
Curiosità e consigli utili	23
Conosci la tua AUSL e saluti dai tuoi amici Dent-One, Fluorina e Calcio	24

Partecipato al presente progetto:

Aziende Unità Sanitarie Locali	Riferimenti per contatti URP	Referenti per il progetto
ASL RM/A www.aslrma.com	**06 77307215**	Giorgio Carlesi, Claudio De Nuccio, Silvia Dionisi, Francesca Fiorino, Domenico Mazzacuva, Mauro Orefici, Emanuela Ortolani, Luciano Ralli, Vincenzo Riccio.
ASL RM/B www.aslromab.it	06 4143.3014	Marco Capitani.
ASL RM/C www.aslrmc.it	06 51004555/2	Eliseo Barcaioli, Giuseppe Bongarzone, Maria Degli Esposti, Gabriela Geraci, Felice Giraldi, Giuseppe Guastamacchia, Rosanna Magnatta.
ASL RM/D www.aslromad.it	06 056487732/3/5	Benedetto Condorelli, Paola Di Domenicantonio, Gigliola Martinelli, Alessandra Rosati.
ASL RM/E www.asl-rme.it	06 6835.2553	Anna Roberti, Carlo Di Stefano, Umberto Forte, Tino Gori, Maria Grazia Marchesi, Maddalena Quintili,.
ASL RM/F www.aslrmf.it	0766/591705	Luigi Biondi, Nicoletta Ciccotosto, Franco De Luca.
ASL RM/G www.aslromag.it	0774/3164657	Bruno Lucarelli, Maria Buttinelli, Salvatore Coppolino, Daniela Mezzapiastra.
ASL RM/H www.aslromah.it	06.93273926	Loredana Accardi.
ASL FROSINONE www.asl.fr.it	800716963	Raffaele Ciccarelli.
ASL DI LATINA www.asl.latina.it	0773/6553013	Francesco Occipite Di Prisco, Mario Bellardini, Patrizia Capirchio, Antonino Ribaudi.
ASL DI RIETI www.asl.rieti.it	0746/278718	Gabriella De Matteis, Quirino Ficorelli.
ASL DI VITERBO www.asl.vt.it	0761339637	Claudio Matteini, Irene Nobile, Claudio Taglia.

I cittadini interessati potranno rivolgersi direttamente alla propria ASL

Chiamare lo 06 77307215
Dal lunedì al venerdì
8,30-13,30 / 14,00 – 18,00

PER INFORMAZIONI

Visitare il sito
www.odontoprevenzione.it

Visita nel sito: www.odontoprevenzione.it
la sezione dedicata alla scuola , ai genitori e ai bambini, troverai schede, giochi, filmati.

SITI REGIONE LAZIO:
Portale generale:
www.regione.lazio.it
Portale per l'informazione sanitaria: www.poslazio.it

Il numero per prenotare per telefono visite, esami specialistici e diagnostici in tutta la Regione Lazio

Ideazione e storia di Vincenzo Riccio, **Disegni di** Michelangelo Pace

Un ringraziamento *al dott. Federico De Nuccio, U.O. di Ortodonzia, al Dott. Luciano Ralli e al Dott. Teodoro Princi U.O. di Prevenzione Infantile e dell'Età evolutiva, Ospedale «G.Eastman» per l'attività di revisione e analisi dell'opuscolo.*
Si ringrazia l'associazione SIDO *(Società Italiana di Ortodonzia) per la messa a disposizione di materiali cartacei e video da cui abbiamo tratto spunti per l'elaborazione del presente opuscolo.*
Consulenza scientifica a cura dei referenti delle ASL della Regione Lazio.
Si ringrazia il Dipartimento di Scienze Odontoiatriche e Maxillo-Faccili, Dir.Prof. A. Polimeni: Cattedra di Odontoiatria Pediatrica (Prof. A.Polimeni) e Cattedra di Odontoiatria Preventiva e di Comunità (Prof. L.Ottolenghi) dell'Università degli Studi di Roma «La Sapienza».
In collaborazione con «CHIRONE» Fondazione ONLUS per l'Educazione Sanitaria.
Coordinatore del progetto Odontoiatrico a livello regionale Dott. Claudio De Nuccio.

Copyright . L' autore delle storie dà in uso i diritti per la presente campagna e le successive alla Regione Lazio, riservandosi i diritti per altre attività ed iniziative editoriali.