

## Pianto

Se il bambino piange, non è detto che abbia fame o sete. Può trattarsi semplicemente di un bisogno di attenzione o di affetto, e un po' di coccole possono tranquillizzarlo.



## Il ciuccio e il pollice

Il ciuccio e il pollice ostacolano il corretto sviluppo delle mascelle e rischiano di causare una malposizione dentale. Possono anche rallentare l'apprendimento del linguaggio.

Riservatene l'uso al momento della nanna e dell'addormentamento.

## Bere da una tazza

Dai 2 anni, i bambini dovrebbero imparare a bere da una tazza o da una bottiglia.

Questo aiuta i bambini a sviluppare le loro capacità di deglutizione e di linguaggio.

**Biberon e ciuccio si fermano a 2 anni!**



## A che età un bambino dovrebbe vedere un dentista per la prima volta?

Il primo appuntamento con un dentista è consigliato quando il bambino ha circa 2-3 anni, ma può essere anche prima.

Il pediatra, che esaminerà i denti del bambino durante i primi controlli e le vaccinazioni, sarà in grado di consigliare come prendersi cura dei primi denti.

Se necessario, vi indirizzerà da un dentista.



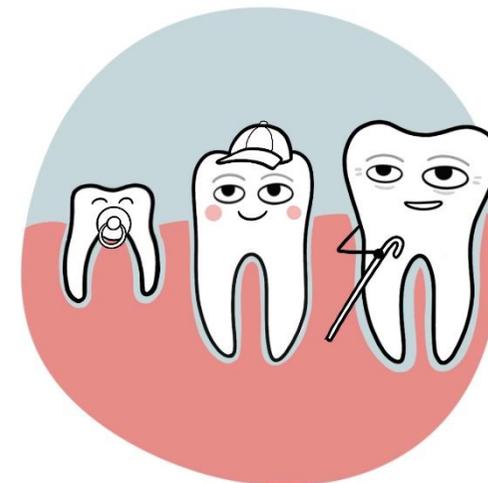
Crediti per l'illustrazione: LU.TH

Trovate questo opuscolo e tutte le informazioni sulla Clinique Dentaire de la Jeunesse scansionando questo codice QR.



# Denti da latte sani

## Salute per tutta la vita



Opuscolo prodotto da :

Dr. C. Hefti et Dr P. Carp, pédiatres  
Dr L. Neveu, médecin-dentiste

Clinique Dentaire de la Jeunesse

T. 024/423.64.90 email : [cdj@ylb.ch](mailto:cdj@ylb.ch)

## Denti sani per tutta la vita

Prendersi cura dei denti da latte appena spuntano assicura una buona dentatura permanente.

### Le carie non sono ereditarie!

Ma un dente cariato non curato può contaminare i denti vicini.



La carie della prima infanzia è una malattia dentale particolarmente aggressiva e dolorosa. Si sviluppa nei neonati e nei bambini che bevono troppi biberon di latte o bevande zuccherate.

### L'eruzione dei primi denti da latte

Il primo dente erompe intorno ai 6-8 mesi e all'età di 3 anni sono tutti presenti.



Gli ultimi denti da latte cadono verso gli 11 anni.

## Quando iniziare a lavarsi i denti?

Lo spazzolamento inizia appena spuntano i primi dentini!

Spazzolate i denti del vostro bambino 3 volte al giorno con un pezzo di dentifricio della grandezza di un pisello per circa 2 minuti!



Dopo lo spazzolamento, non è necessario sciacquare la bocca con acqua. Basta sputare!

### Scelta del dentifricio

I fluoruri rendono i denti più resistenti alla carie. Scegliere un dentifricio adatto all'età del bambino per garantire la giusta dose di fluoro.

Per i bambini piccoli, utilizzare un dentifricio specifico per 0-6 anni.

Lavare i denti del bambino prima che vada a dormire!

Non mettete a letto il bambino con un biberon di latte, tè o cacao!

**I denti devono rimanere puliti per tutta la notte!**



## Masticazione e digestione

Pane integrale, frutta e formaggi a pasta dura rafforzano i denti.

Durante la masticazione viene prodotta una grande quantità di saliva. La saliva protegge i denti e permette di tritare correttamente il cibo per facilitare la digestione.



Una dieta sana ed equilibrata è importante per i denti.

Il consumo frequente di dolci e bevande zuccherate favorisce lo sviluppo di carie in bocca.

### Il genitore come buon esempio

I neonati e i bambini imitano le abitudini dei genitori e seguono gli stessi modelli alimentari.

Ricordate quindi di :

- Bere acqua.
- Lavarsi i denti dopo ogni pasto e lasciare la bocca in pace per qualche ora dopo.
- Consumare cibi e bevande ad alto contenuto di zuccheri solo in circostanze eccezionali, come in occasione di feste e ricorrenze speciali.

