

# Il tuo dentista informa

## Visite preventive gratuite dal Dentista ANDI grazie al Mese della Prevenzione Dentale

Per il 35° anno consecutivo torna il Mese della Prevenzione Dentale ANDI in collaborazione con Mentadent.

Iniziativa che permette a tutti gli italiani di effettuare una visita gratuita negli studi dei dentisti ANDI aderenti.

**MESE DELLA PREVENZIONE DENTALE**



**ANDI mentadent**

Negli anni il progetto è evoluto ed alla visita gratuita viene oggi abbinato un programma di prevenzione costituito da un vero e proprio percorso mirato al mantenimento di una buona salute orale. Il programma di prevenzione comprende per i pazienti che hanno richiesto la visita nell'ambito del Mese della Prevenzione Dentale: un test gratuito del pH salivare, ablazione del tartaro alla tariffa di 70 euro, sigillatura dei solchi alla tariffa di 30 euro per dente, fluoroprofilassi alla tariffa di 80 euro.

Per prenotare la propria visita gratuita da un Dentista ANDI basta chiamare il numero verde: **800.800.121**



## La carie si combatte anche imparando a leggere le etichette dei prodotti alimentari

**Il consumo frequente di cibi e bevande contenenti zucchero è la più importante causa di carie. Il 23% dei bambini di 8 anni di età e il 40% dei ragazzi di 15 anni consumano snack dolci o bevande tre o più volte al giorno; la metà (48%) di tutti gli adulti fa assiduamente uno spuntino tra i pasti principali.**

E questo consente ai batteri in bocca, che utilizzano i carboidrati per nutrirsi, di proliferare e danneggiare i denti e gengive. Il miglior modo per impedire questo è ridurre il consumo degli zuccheri e di altre fonti di carboidrati semplici che sono facilmente fermentabili.

Consumare cibi sani e contenere il consumo di zucchero significa, quindi, abbattere il rischio di carie e delle malattie delle gengive.

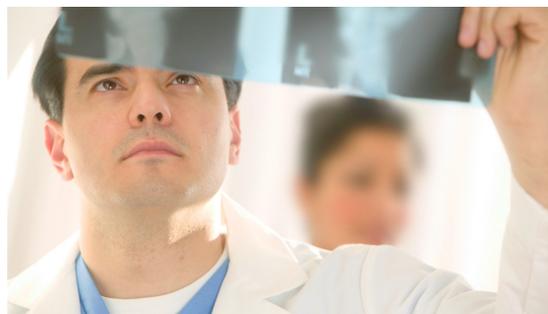
Per limitare la quota di zuccheri nella dieta basta leggere le etichette alimentari per determinare la quantità di zucchero presente. Gli ingredienti sono elencati sull'etichetta in ordine di peso, dal più al meno.

Gli alimenti che mangiamo e le bevande che assumiamo possono avere un'influenza diretta sulla incidenza e la progressione della carie, a seconda di:

- Consistenza del cibo, se liquido, solido, gommoso e lento a dissolversi, questo fa la differenza.
- Quante volte assumiamo cibi e bevande zuccherate e quanto spesso mangiamo o beviamo cibi e bevande acidi.
- Composizione nutrizionale dell'alimento.
- Combinazione di alimenti che mangiamo e l'ordine in cui li mangiamo.
- Condizioni mediche che si possono avere, come il reflusso gastro-esofageo e i disturbi del comportamento alimentare, che possono aumentare il rischio di carie e indebolire i denti.

## Chiedi al tuo dentista

Attenzione alle bevande energetiche. Per molte di queste, lo zucchero è l'ingrediente principale. Controlliamo l'etichetta per assicurarci che la bevanda scelta sia a basso contenuto di zucchero.



## Lo sapevi che

L'assunzione troppo frequente di caffè e tè può macchiare i denti. Regolari sedute di igiene professionale dal tuo dentista possono evitare discromie permanenti.

## Le star di Hollywood scelgono i dentisti italiani



E' capitato a Dustin Hoffman che, impegnato a Londra per girare uno spot pubblicitario, è stato costretto ad interrompere le riprese per un problema odontoiatrico: un dente gli si è spezzato. Per effettuare la cura il noto attore ha deciso di prendere il primo aereo per Roma e rivolgersi al suo dentista di fiducia invece di farsi curare da un professionista del posto.