



Les càries

A la boca hi tenim bilions de bacteris. D'entre tots, n'hi ha un tipus, l'"Streptococcus mutans", que és el principal causant de les càries dentals. Per sort, combatre'l és fàcil. Només cal rentar-se bé les dents i vigilar el que mengem

Què són les càries?

Una càries és una infecció de la dent que ha sigut provocada pels bacteris que viuen a la boca.

Què les causa?

Quan no ens netegem bé les dents, es va formant el que es coneix com a placa bacteriana. Llavors, cada cop que mengem, els bacteris d'aquesta placa transformen els sucres del menjar en àcids que ataquen la dent. Tot i així, hi ha persones més propenses a tenir càries que d'altres.

Com es pot prevenir?

La millor manera és rentar-se bé les dents després de cada àpat. També cal moderar el consum de laminadures, begudes ensucrades i, en general, aliments amb molt de sucre.

Quin aspecte té, una càries?

Al principi la dent es veu més blanquinosa. Més endavant es veu una taca de color groc, marró o negre.

Les càries fan mal?

Quan la càries és petita no fa mal. Però si



Vocabulary

tooth decay: càries
most common: més habitual
diseases: malalties
bacteria: bacteris

s'estén cap a dins de la dent, llavors sí que pot causar molèsties, o fins i tot pot arribar a ser dolorosa.

Com es tracta?

Si la càries és petita, s'elimina i s'empasta la dent. Si s'ha fet gran, pot ser necessari tractar el nervi de la dent.

Did you know?

Tooth decay is one of the most common diseases in the world.

More bacteria than humans

There is more bacteria in the human mouth than there are people on Earth.



Les aplis

Brush DJ

Aquesta apli ha sigut desenvolupada per un dentista. Escull cançons de la *playlist* personal i les reproduïx mentre el nen es raspalla les dents. També inclou vídeos que ensenyen a raspallar-se bé. Preu: gratuït. Disponible en català. Plataformes: iOS i Android.



Dentistmania 3D

En aquesta apli, el nen fa el paper de dentista i pot triar un pacient dels que esperen a la consulta i fer-li tota mena de tractaments bucodentals amb les eines que els nens solen veure quan van a la consulta. Preu: gratuït. Plataforma: iOS i Android.

