



**Sustainability  
in Dentistry**

## Prendersi cura della propria salute orale: fa bene all'ambiente, fa bene a TE.

Anche tu puoi aiutare a ridurre l'impatto ambientale, grazie ad alcuni semplici accorgimenti.

Seguire abitudini sane e mantenere la propria salute orale aiuta l'ambiente.

### L'Importanza della Prevenzione



Lava i denti 2 volte al giorno per 2 minuti. Pensa anche ai tuoi spazi interdentali. Usa sempre un dentifricio al fluoro.

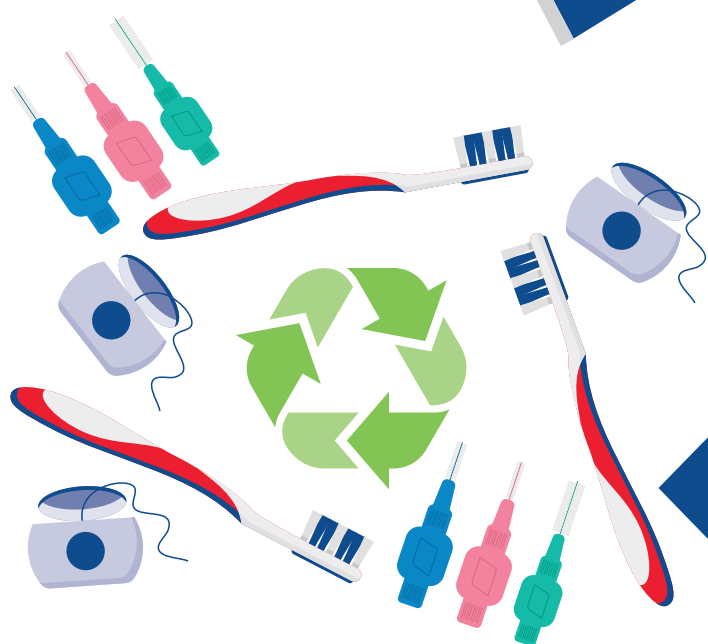
Limita il consumo di cibi zuccherati e soprattutto quello di bibite frizzanti e aromatizzate  
Assumi alcol con moderazione e abbandona il tabacco (dalle forme più comuni a quelle alternative, come lo svapo)



### Ricicla!

Scegli spazzolini, dentifrici e involucri realizzati in materiali sostenibili.

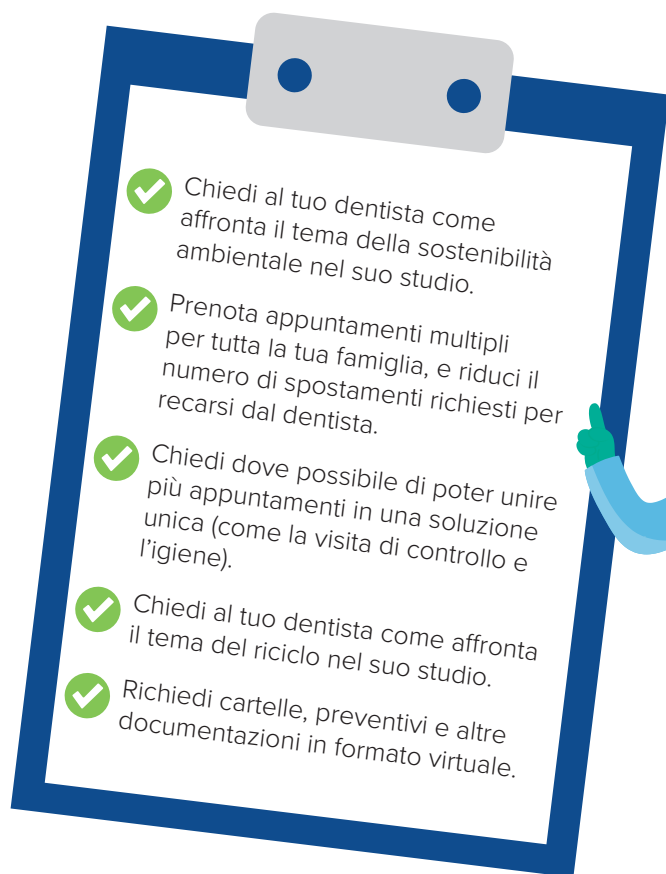
Quando possibile, butta spazzolini, tubetti e contenitori nella raccolta differenziata.



#### RISPARMIA ACQUA!

Chiudi il rubinetto finché ti lavi i denti.  
Non serve risciacquare dopo la spazzolata.  
Butta il filo interdentale nei rifiuti, non nel WC.

### Promuovi la Sostenibilità



- ✓ Chiedi al tuo dentista come affronta il tema della sostenibilità ambientale nel suo studio.
- ✓ Prenota appuntamenti multipli per tutta la tua famiglia, e riduci il numero di spostamenti richiesti per recarsi dal dentista.
- ✓ Chiedi dove possibile di poter unire più appuntamenti in una soluzione unica (come la visita di controllo e l'igiene).
- ✓ Chiedi al tuo dentista come affronta il tema del riciclo nel suo studio.
- ✓ Richiedi cartelle, preventivi e altre documentazioni in formato virtuale.



**L'odontoiatria  
ha un impatto  
sull'ambiente.**

### Riduci la CO<sub>2</sub>



Approfitta delle opzioni di teleodontoiatria o medicina da remoto presenti.

Quando possibile cammina, usa la bici o i mezzi pubblici per arrivare dal tuo dentista.



I cinque partners del progetto Odontoiatria Sostenibile sono Colgate, GSK Consumer Healthcare, Procter & Gamble, Dentsply Sirona e TePe

Guida sviluppata dalla Task Team Odontoiatria Sostenibile: N. Martin, J. Zenk, S. Dartevelle, S. Mulligan

