



Società Italiana  
di Parodontologia  
e Implantologia



# Progetto stili di Vita

*Cattiva Igiene Orale, fumo di tabacco, alimentazione non corretta, sedentarietà, troppo stress possono favorire l'insorgenza di malattie dei denti e delle gengive, malattie cardiovascolari e diabete, patologie molto diffuse e correlate tra di loro. Migliora il tuo stile di vita, adotta abitudini di vita sane e il tuo sorriso diventerà lo specchio dello stato di salute del tuo corpo!*

**Lo suggeriscono le Società Scientifiche di riferimento,  
lo suggerisce la Società Italiana di Parodontologia e Implantologia**



*Preserva la tua bocca  
con una corretta Igiene Orale  
Impara a pulire bene  
tra un dente e l'altro*



*Smetti di fumare*



*Adotta una alimentazione  
sana ed equilibrata*



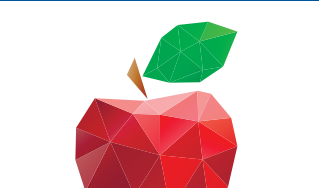
*30 minuti di attività aerobica  
3 volte alla settimana*



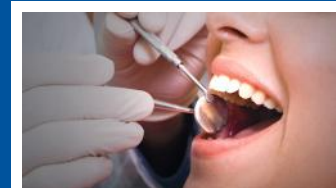
*Riduci lo stress,  
cerca di vivere sereno*



*Controlla il tuo peso!*



*Controlla Diabete, Cuore e Circolazione*



*Ricordati di farti visitare  
regolarmente le gengive con la sonda  
dal tuo dentista di fiducia*