



# BUONE ABITUDINI DI IGIENE ORALE PER LE PERSONE E IL PIANETA

Sai in che modo la tua routine di igiene orale è collegata alla tua salute generale e che impatto ha sul pianeta? Oral-B e Crest si impegnano a promuovere buone abitudini di igiene orale allo scopo di trasformare la salute delle persone e, al tempo stesso, ridurre l'impatto ambientale. Il nostro sondaggio con oltre 2000 partecipanti negli USA, in Germania, in Italia, in Francia e nel Regno Unito offre alcune informazioni in merito alle abitudini attuali di igiene orale dei partecipanti.

## Pulizia



### MOTIVI PER SALTARE LA PULIZIA:

**27%**  
SI È ADDORMENTATO



**24%**  
ERA TROPPO STANCO



**23%**  
SI SENTIVA TROPPO PIGRO



### BUONA ABITUDINE

Lavati i denti per **2 MINUTI due volte al giorno** utilizzando un dentifricio anticarie e, preferibilmente, uno spazzolino elettrico.

## Consumo d'acqua

**60%** sottostima la quantità di acqua sprecata per ogni minuto in cui il rubinetto viene lasciato aperto.



**24%** ammette di non chiudere il rubinetto quando si lava i denti.



### BUONA ABITUDINE

**Chiudi il rubinetto** mentre ti lavi i denti e, se possibile, usa l'acqua fredda.

## Riciclaggio

### MOTIVI PER NON RICICLARE GLI ARTICOLI DA BAGNO O IL LORO PACKAGING:

**30%**  
NON CI HA MAI PENSATO

**22%**  
NON SA COME RICICLARE DETERMINATI ARTICOLI



**19%**  
DICHARA DI NON AVERE ABBASTANZA DA RICICLARE

**18%**  
NON HA ACCESSO AL RICICLAGGIO NELLA SUA COMUNITÀ

### BUONA ABITUDINE

È possibile che i prodotti per la cura della persona siano **riciclabili** nella tua zona. Controlla le informazioni riportate sull'etichetta e assicurati di differenziarli in base alle linee guida locali sul riciclaggio.

## Elettricità



**47%** DELLE PERSONE CHE UTILIZZA UNO SPAZZOLINO ELETTRICO HA DICHIARATO DI LASCIARE SEMPRE O ALLE VOLTE IL CARICATORE DELLO SPAZZOLINO COLLEGATO ALLA PRESA



### BUONA ABITUDINE

**Stacca il caricatore** quando lo spazzolino elettrico non è in carica.

## LO SAPEVI?

L'Organizzazione mondiale della sanità consiglia di lavarsi i denti due volte al giorno con un dentifricio al fluoro per combattere i batteri della placca e l'accumulo di tartaro, le carie e i problemi gengivali. La Revisione Cochrane del 2014 ha dimostrato che gli spazzolini elettrici offrono un vantaggio maggiore rispetto a quelli manuali dal momento che riducono la placca dell'11% fra uno e tre mesi di utilizzo e del 21% dopo tre mesi.

La possibilità di accedere ad acqua pulita e potabile è fondamentale per una vita sana e una buona igiene orale. Tuttavia, le Nazioni Unite affermano che, entro il 2025, due terzi della popolazione mondiale potrebbero essere soggetti a insufficienza idrica almeno per un mese all'anno. Le abitudini di consumo responsabile dell'acqua possono aiutare la tua comunità locale a ridurre il rischio di insufficienza idrica. Chiudere il rubinetto mentre ti lavi i denti può permetterti di preservare fino a 28 l d'acqua al giorno.

Il riciclaggio può contribuire a ridurre la quantità di rifiuti conferiti in discarica e negli inceneritori, oltre che la necessità di reperire nuove materie prime. Tuttavia, il riciclaggio in bagno non è una pratica comune. Nel nostro sondaggio, il 19% dei partecipanti ha ammesso di riciclare raramente o di non riciclare mai i prodotti da bagno o il loro packaging.

L'elettricità e il riscaldamento contribuiscono moltissimo alle emissioni di gas serra in tutto il mondo. Secondo il Dipartimento dell'energia degli Stati Uniti, le apparecchiature elettriche continuano a utilizzare elettricità anche quando sono spente, per un consumo che può raggiungere fino al 75% dell'elettricità usata in casa.

Crest + Oral-B + Fixodent



HEALTHY SMILES  
HEALTHY LIVES  
HEALTHY PLANET