

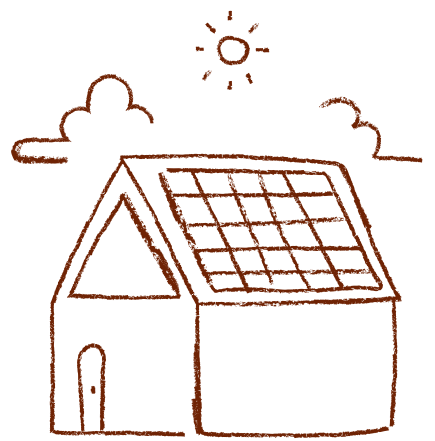
# 5 COSE CHE VORREI UN GENITORE SAPESSSE

DA  
LOGOPEDISTA

1

**IL PALATO  
HA UNA DOPPIA VITA:**  
È IL TETTO DELLA BOCCA MA  
ANCHE IL PAVIMENTO DEL NASO!

Per masticare, parlare e  
deglutire bene... serve prima  
respirare bene  
(sì, dal naso!)



2

**MASTICA A BOCCA APERTA?  
FORSE NON È  
MALEDUCAZIONE!**

Se mastica a labbra aperte,  
forse la bocca sta facendo  
due cose insieme:  
mangiare e respirare.  
Masticare a labbra chiuse  
significherebbe stare in  
apnea



3

**RUSSARE NON È  
"NORMALE".**

Una respirazione sana,  
anche di notte,  
è silenziosa.



4

**CHI RESPIRA BENE...  
PENSA MEGLIO!**

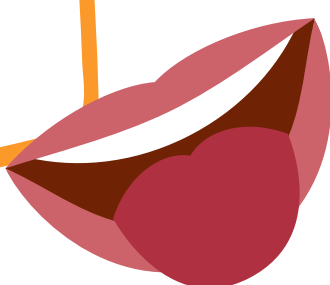
Il naso è un alleato  
del cervello:  
più ossigeno significa  
più attenzione,  
più memoria,  
più energia.



5

**ANNUSARE BENE =  
GUSTARE MEGLIO**

Respirare dal naso  
permette di sentire gli  
odori e godersi davvero  
il sapore del cibo.  
Annusare è il primo  
passo per un'esperienza  
a 360°... anche a tavola!



ELENA  
BADDOO  
logopedista

