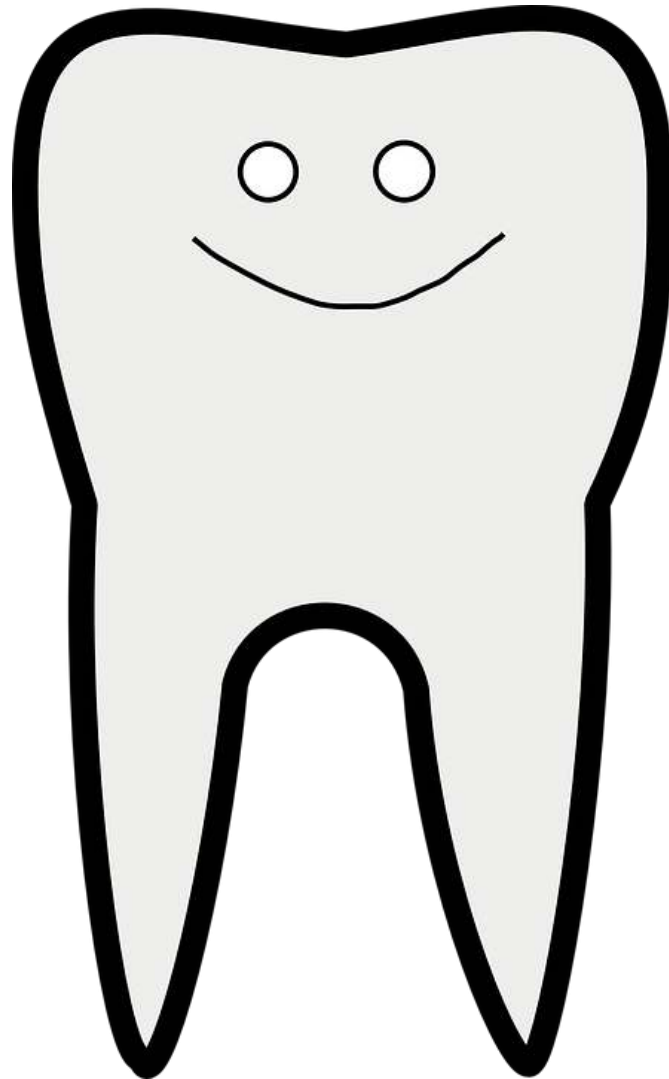


Tiziana Capocaccia

# "Tommaso e Mastichino"

Una favola sul superamento della paura del dentista.



Mastichino è un bel dentino bianco e forte, vive nella bocca di Tommaso, in compagnia dei suoi fratellini dentini e tutti insieme aiutano ogni giorno Tommy a mangiare.



La mamma e il papà di Tommaso gli hanno spiegato che così come lui tutte le sere si fa la doccia e la mattina si lava il visetto, allo stesso modo deve fare con i suoi dentini, lavarli ogni sera e ogni mattina. Tommaso ha ricevuto per regalo uno spazzolino giallo e blu e un dentifricio al gusto arancia, è molto contento di poter lavare i dentini col suo spazzolino nuovo e il dentifricio all'arancia.

Ogni tanto si dimentica, perchè la sera ha tanto sonno e la mattina, a volte, si sveglia tardi e deve fare tutto in fretta per andare a scuola.

Tommaso, come tutti i bambini, ama i dolcetti,  
i suoi preferiti sono i leccalecca e il cioccolato  
bianco.



La mamma gli raccomanda sempre di non esagerare, un po' per non aver male al pancino, un po' per non far cariare i denti.

Mastichino e i suoi fratellini aiutano sempre Tommaso a sgranocchiare la cioccolata, si riposano quando lecca il leccalecca, anche se, ogni tanto, un bel morsetto anche al leccalecca non ci sta mica male!

"Sei un golosone!" dice la mamma a Tommy "Ti raccomando di lavare i dentini dopo aver mangiato la cioccolata".

Mastichino e tutti i dentini adorano il solletichino dello spazzolino e gli piace tanto sciacquarsi e sentirsi belli puliti.

Un giorno, però, Mastichino inizia a non sentirsi tanto bene. "Ho come un gran mal di testa" si lamenta, "Non ti preoccupare, poi ti passa", gli rispondono in coro i fratellini, "Se no, si va dal dottore che ti guarisce". Mastichino, allora, si sente più tranquillo, ogni tanto il mal di testa sembra andare via, così, trascorre tranquillo la sua vita di tutti i giorni, insieme agli altri dentini, nella bocca di Tommaso.

Un giorno, a scuola, la maestra dice a Tommaso e ai suoi compagni di classe che quella è la "La settimana della buona salute della bocca", che avrebbero fatto dei gruppi di lavoro e preparato dei cartelloni. Inoltre, sarebbe venuto un dentista a spiegare come mantenere i dentini in buona salute e a guardare i denti degli alunni per assicurarsi che siano sani.

Robertino, il compagno di banco di Tommaso, inizia a tremare e a balbettare: "N-n-n-no, i-i-io n-n-non v-v-voglio i-il d-d-dentista!".

Tommaso lo guarda sorpreso, "No, dai! Viene solo a vedere che i nostri dentini stanno bene!".

"Ma io ogni tanto mi dimentico di lavarli!" ammette Robertino, che nel frattempo si è calmato un po'. "Ogni tanto me ne dimentico anch'io" gli strizza l'occhio Tommaso.

Robertino fa un grosso sospiro rassegnato "Speriamo bene" e prende il quaderno per iniziare il compito assegnato dall'insegnante.



Intanto nella bocca di Tommy, Mastichino ha sempre un po' di mal di testa. Dopo tre giorni, arriva il dentista nella scuola di Tommaso e Robertino.



Spiega ai bambini quanto è importante lavare i denti tutti i giorni, soprattutto dopo aver mangiato tanti dolcetti, poi li visita uno alla volta per vedere se i loro dentini sono sani.

Tutti in fila per uno, fuori dall'infermeria, aspettano il loro turno.

Robertino trema come una foglia quando tocca a lui, ma quando esce sorride allegro e dice a Tommaso che i suoi dentini sono sani. Adesso, è il turno di Tommy.

Quando il dentista tocca con il suo ferretto Mastichino, il povero dentino inizia a urlare dal

dolore e Tommaso grida "Ahi!". "Mi dispiace, ma credo che il tuo dente sia cariato" dice il dottore.

Tommy diventa pallido e triste. Mastichino, invece, è contento, pensa che adesso che è arrivato il dottore dei denti, finalmente lo guarirà!".

Tommaso torna in classe con il muso lungo e racconta tutto a Robertino. Una loro compagna di classe lo ascolta e dice: "Non ti preoccupare, i dentisti sanno come fare, non sentirai male, io ne ho curati tre lo scorso anno!". "Tu sei molto

coraggiosa Marina!" dicono Robertino e Tommaso. "Non lo so, può essere" dice Marina. "Forse perché mio zio, che fa il dentista, mi ha spiegato tutto del suo lavoro". Tommaso e Robertino hanno i brividi all'idea di incontrare un altro dentista, sorridono e tornano al loro posto.

Quel pomeriggio, la maestra spiega alla mamma di Tommaso che il dentista è venuto a visitare i ragazzi e che suo figlio ha un dentino cariato.

"Bisogna curare il tuo dentino" dice la mamma a Tommy, una volta tornati a casa.



"No, mamma ti prego! Non mi fa male!". "A volte i dentini soffrono in silenzio" dice la mamma "Lui è li poverino, con un buchino in testa e continua a masticare con te e tu non vuoi fare

niente per farlo stare meglio?", "Mamma, ma a me il dentista fa paura!" ammette Tommaso mettendosi a piangere.

Il povero Mastichino, intanto, aveva un mal di testa sempre più forte e non sapeva più come fare. Per un attimo, quando aveva visto il dentista, aveva sperato che lo curasse subito togliendogli il dolore per farlo stare meglio, ma non era successo. I suoi fratellini cercavano di consolarlo, alcuni si offrirono di masticare al posto suo.

Dopo qualche giorno, la mamma di Tommaso si accorse che il figlio mangiava masticando solo su un lato "Ti fa male il dentino?", "Non lo so, forse" ammise il ragazzino.

Mastichino, aveva cercato di resistere il più possibile, ma, alla fine, si era arreso e aveva smesso di masticare perché, ormai, lo faceva stare troppo male.

La mamma voleva portare Tommaso dal dentista affinché si curasse, ma lui scappava a piangere in bagno per la paura.

Intanto, passavano i giorni e Mastichino si sentiva sempre peggio.



Una notte la fatina dei dentini, quella che prende i dentini che cadono ai bambini, lasciando loro in cambio dei regalini, andò a trovare Mastichino. Era molto dispiaciuta per lui e gli



disse che avrebbe potuto fare in modo che parlasse con Tommaso in sogno.

Mastichino rispose che si vergognava troppo a farsi vedere da Tommaso con quel buchino che gli era venuto sulla testa e che lo faceva stare tanto male, così chiese alla fatina di apparire lei in sogno al ragazzino. La fatina, allora, suggerì di farlo insieme e Mastichino accettò.

La mattina successiva, Tommaso andò a scuola come sempre.

"Non sai che strano sogno ho fatto stanotte" disse a Robertino all'ora di ricreazione. "Ho

sognato di incontrare la fatina di denti, con lei c'era il mio dentino cariato e mi parlava: 'Ti scongiuro di aiutarmi, portami dal dottore dei denti, così lui mi cura! Pensa se quando hai la febbre o la tosse, la tua mamma non chiama il dottore per curarti! Quando stai male il dottore serve! Aiutami!' ha detto tutto triste, poi la fatina mi ha fatto una carezza e ha detto che se voglio posso essere coraggioso, dopodiché mi sono svegliato".

Robertino ha ascoltato a bocca aperta. "Forse non era un sogno, forse era davvero il tuo

dentino che ti parlava, vuole essere curato perché sta male!" dice. "Sì, ma a me fa troppa paura" sussurra Tommy. "Anche a me, ti ricordi come tremavo quando la maestra ci ha detto che sarebbe venuto il dentista a scuola?" gli ricorda Robertino. "Però ad un certo punto tocca farsi coraggio, se il tuo dentino sta così male devi farlo per lui! Hai smesso anche di mangiare dolci! Devi farlo per lui, ma anche per te! Ti conviene ascoltare Mastichino e andare dal dentista, se vuoi vengo con te!" L'idea di avere Robertino con sé da un po' di forza a

Tommaso, che così si decide ad andare dal dentista.

Quando arrivano dal dottore dei denti, Tommaso vorrebbe andarsene, ma il dentista gli fa vedere tutti gli oggetti che usa per curare i denti e gli spiega che qualcuno fa rumore, qualcuno fa il solletico, e, poi, per non sentire male, si usa una medicina fatta a posta che si mette nel dente con un aghetto piccolissimo.

Tommaso quando sente la parola "puntura" vorrebbe di nuovo scappare via, poi, però, il dottore gli mostra la siringa, è davvero

piccolissima! Il dentista gli dice che, forse, non  
ce ne sarà nemmeno bisogno!

Dopo una mezz'ora, Mastichino è stato curato  
per benino e si sente di nuovo in splendida  
forma.



Tommaso è molto contento di non aver sentito dolore, di non avere più mal di denti, ma, soprattutto, di essere stato così coraggioso!

Ho scritto alcuni libri che potresti trovare di tuo interesse, li trovi tutti su Amazon:

### ["Come dire ai bambini che cos'è il bullismo"](#)

Il libro contiene una **descrizione del bullismo**, delle caratteristiche di **personalità del bullo e della vittima**. Cosa crea le condizioni che possono dar vita a situazioni di bullismo. Una riflessione sui **malesseri dietro i comportamenti** e sulle possibili **soluzioni**. Passa poi a descrivere come parlare di bullismo ai bambini attraverso un progetto che usa le fiabe. All'interno ci sono **4 fiabe** per parlare di prepotenze e bullismo e **alcune attività** per stimolare le riflessioni e la consapevolezza nei bambini.

### ["Come dire ai bambini che essere sé stessi è la cosa più importante"](#)

Piccolo vademecum per genitori e insegnanti su come imparare a **capire sé stessi dalle proprie azioni** – Comprendere il nostro modo di **incedere nella vita a partire dalla scrittura e dal modo di camminare** – **Quattro fiabe** per parlare dell'importanza di essere sé stessi – **tre attività** per grandi e piccini per riflettere su come siamo fatti

### ["Come aiutare i bambini a vivere bene la timidezza: 4 fiabe e 6 attività per aiutare i bambini timidi e chi si occupa di loro"](#)

Questo libro vuole essere di aiuto a tutti i bambini timidi e agli adulti che si occupano di loro, per capire insieme che la timidezza è una caratteristica e non un difetto, che si può imparare a viverla serenamente facendone un dono prezioso.

### ["Come parlare ai bambini di autostima e aiutarli a migliorarla"](#)

Un libro per parlare di autostima ai bambini attraverso tre fiabe e alcune attività per aiutarli a migliorare la propria stima di sé. Adatto a bambini dai 6 ai 9 anni.

### **"I fantastici viaggi di Dino: Progetto-favola per laboratori sui cinque sensi"**

Un canovaccio di mini racconti in rima per introdurre i cinque sensi, attività ludica di laboratorio rivolta a bambini dai 12 ai 36 mesi.

### **"Come dire ai bambini che i genitori si separano e divorziano"**

Piccolo vademecum per spiegare ai figli che mamma e papà si separano e divorziano. Il testo contiene informazioni su cosa dire o non dire ai bambini, alcune buone prassi utili da rispettare, una favola intitolata "Due laghetti per Quaqqà" per accompagnare la comunicazione della separazione e alcune attività per aiutare i bambini ad esprimere le emozioni

### **"Il mio amico è unico: facciamo amicizia con l'autismo"**

Un dialogo tra una mamma e una figlia in cui la bambina racconta che a scuola le hanno spiegato le **caratteristiche di un bambino con autismo e come poter essere suoi amici**. Il libro contiene alcune **schede con giochi e suggerimenti** per relazionarsi in maniera positiva con il proprio compagno di classe con autismo.

### **"Disgrafia esercizi di recupero"**

spiega quali sono i disturbi della scrittura e si sofferma sulla disgrafia. Difficoltà specifica che riguarda le abilità grafo-motorie, difficoltà motorie nel tracciare le lettere. L'ampia parte pratica descrive quali **esercizi proporre e come proporli ponendo sempre l'accento sulla motivazione del bambino**. Ho scritto questo testo poiché, oltre che psicologa, sono grafologa con formazione ed esperienza diretta nella rieducazione della scrittura.



Grazie per aver scelto di leggere questo testo, spero ti sia stato d'aiuto.

Per contattarmi:

[scrivimi@tizianacapocaccia.it](mailto:scrivimi@tizianacapocaccia.it)

Per ricevere la FAVOLETTA:

<https://tizianacapocaccia.it/newsletter/>

Per ulteriori informazioni:

[www.tizianacapocaccia.it](http://www.tizianacapocaccia.it)