



Informações sobre saúde bucal

---

## COMO POSSO CUIDAR DOS DENTES DOS MEUS FILHOS NA IDADE ENTRE UM E TRÊS ANOS?

### **Como posso cuidar dos dentes dos meus filhos na idade entre um e três anos?**

Ensinar bons hábitos de higiene bucal para seus filhos é uma das melhores lições de saúde que você pode ensinar a eles. Isto significa ajudá-los a escovar os dentes no mínimo três vezes ao dia, mostrar a maneira certa de usar o fio dental, incentivá-los a comer pouco entre as refeições e sempre ir ao dentista.

A maioria dos dentistas recomenda que as crianças devam começar a ir ao dentista com dois anos de idade. Isto dá ao profissional a oportunidade de acompanhar o crescimento e o desenvolvimento dos dentes do seu filho e, além disso, você pode aprender vários tópicos, como os dentes se desenvolvem, a importância do flúor, como ajudar seu filho a cuidar bem dos dentes, como lidar com o uso da chupeta, sobre a alimentação e como prevenir ferimentos na boca.

Nunca deixe de dizer que é bom ir ao dentista. Explique a seu filho que uma consulta com o profissional ajuda manter a boa higiene bucal. Ao transmitir uma atitude positiva, você estimulará o seu filho a ir ao dentista regularmente.

### **O que devo fazer quando os dentes do meu filho começarem a nascer?**

Os dentes começam a nascer quando o bebê tem seis meses de idade e continuam a erupcionar até o terceiro ano de idade. Isto faz com que muitas crianças tenham gengivas mais sensíveis e irritáveis nesta época. Pode-se massagear a gengiva usando o dedo, uma colher fria ou um mordedor que foi colocado na geladeira. Também há a possibilidade do uso de gel e medicamentos contra a dor no período em que os dentes estão aparecendo. Fale com seu dentista ou pediatra sobre estes medicamentos. Se seu filho estiver com febre durante o aparecimento da dentição, o melhor é avisar seu médico para garantir que a febre não esteja relacionada com outro problema.

### **Qual é a maneira certa de escovar os dentes do meu filho pequeno?**

Primeiramente é importante estar ao lado de seu filho no momento da escovação até ele atingir a idade de seis anos. Siga as indicações abaixo:

- Use uma pequena quantidade de creme dental com flúor. Não deixe seu filho engolir o creme.
- Use uma escova macia. Primeiro limpe as superfícies internas dos dentes, onde o acúmulo de placa é maior. As cerdas da escova devem estar em um ângulo de 45 graus em relação à gengiva. Escove suavemente para frente e para trás.
- Escove todas as superfícies dos dentes voltadas para a bochecha. As cerdas da escova devem estar em um ângulo de 45 graus em relação à gengiva. Escove suavemente para frente e para trás.
- Escove a superfície de mastigação dos dentes, para frente e para trás.



Informações sobre saúde bucal

### **Chupar o dedo faz mal? Como posso evitar isto?**

O reflexo de sugar é normal e saudável nos bebês. Mas, o hábito de chupar o dedo pode causar problemas de desenvolvimento da boca e do queixo, e afetar a posição dos dentes, principalmente se continuar depois que os dentes permanentes tiverem nascido. O resultado disso pode ser dentes anteriores que nascem inclinados para fora, ou mordida aberta. Isto pode causar problemas na vida adulta, como, por exemplo, dentes que se desgastam rapidamente, maior número de cáries e desconforto ao mastigar. As chupetas também podem causar danos parecidos, se usadas após a erupção dos dentes permanentes.

A melhor maneira de tratar o hábito de chupar o dedo é através de estímulos positivos, não de palavras e comportamentos negativos. Para seu filho, o hábito de chupar o dedo é uma coisa natural. Elogie seu filho quando não estiver chupando os dedos. Talvez seja preciso resolver o problema de ansiedade que leva seu filho a ter este hábito. Você pode conscientizar seu filho que ele tem este hábito, colocando um esparadrapo no dedo que ele chupa ou uma meia em sua mão à noite. Seu dentista ou pediatra pode receitar um medicamento com sabor amargo para passar no dedo o que leva a criança a perder este hábito com mais facilidade.

**Visite o [www.colgate.com.br](http://www.colgate.com.br)**

Sua fonte de informações na Internet para ter um sorriso atraente e saudável, juntamente com as últimas novidades e indicações sobre higiene bucal

© 2002 Colgate-Palmolive Company. Todos os direitos reservados. O uso das informações contidas neste site está sujeito aos termos de nossa Declaração Legal/de Privacidade. Todas as informações são armazenadas e usadas de acordo com a declaração sobre privacidade.