COMO PROTEGER A BOCA DE UMA CRIANÇA NOS PRIMEIROS ANOS DE VIDA

VOCÊ SABIA QUE É IMPORTANTE COMEÇAR A CUIDAR DA BOCA DAS CRIANCINHAS TÃO LOGO ELAS NASCEM?

ESTABELECER HÁBITOS FORTES DE SAÚDE BUCAL PRECOCEMENTE É ESSENCIAL PARA COLOCÁ-LAS NO CAMINHO DE UMA VIDA SAUDÁVEL.

CUIDAR DA BOCA DE UM BEBÊ

Limpe suavemente **as gengivas do bebê** após cada mamada. Use uma gaze limpa e úmida ou um pano macio.

Coloque apenas leite materno, fórmulas, leite ou água nas mamadeiras. **Não dê bebidas açucaradas**, inclusive leite e água açucarados.

Desencoraje a sucção do dedo, uso de chupetas e copos com canudinho.

Evite permitir que os bebês adormeçam com a mamadeira na boca.

PREVINA A CÁRIE DENTÁRIA COM A ESCOVAÇÃO

Comece a escovação assim que o **primeiro dente** aparecer.

Supervisione a escovação dos dentes até que a criança seja capaz escovar seus dentes corretamente sozinha.

Use **pasta fluoretada**. Antes dos 3 anos de idade, use apenas uma quantidade de pasta do tamanho de um grão de arroz cru. Dos 3 aos 6 anos, use uma quantidade do tamanho de um grão de ervilha.

X2

Escove duas vezes ao dia. A escovação antes de dormir é especialmente importante

CONSTRUA BONS HÁBITOS PARA A SAÚDE GERAL

Evite comidas e bebidas com alto teor de açúcar.

Certifique-se que o **protetor bucal está sendo usado** para a prática de esportes de contato e uso de bicicleta.

VISITE O DENTISTA REGULARMENTE

Leve seu filho/a ao dentista para **uma avaliação** assim que nascer o primeiro dente ou quando ele completa 01 ano de vida.

Agende visitas ao dentista regularmente.

Dia Mundial da Saúde Bucal
20 de março

worldoralhealthday.org

fdi
FDI World Dental Federation