



Dicas de Saúde Bucal

Gestantes – devem ter cuidado especial com a saúde bucal para evitar cárries e doença na gengiva. Como o paladar do bebê se desenvolve a partir do quarto mês de gravidez, se a gestante comer muito doce a criança, provavelmente, irá gostar muito de doce, o que sempre coloca em risco a saúde bucal.

Bebês – mesmo os que ainda não têm dentes precisam de limpeza e higiene bucais para prevenir doenças. Pelo menos uma vez ao dia, as mães devem limpar a gengiva e a língua da criança com a ponta da fralda e água filtrada.

Os primeiros dentes – no sexto ou sétimo mês de vida, nascem os

dentes da frente do bebê. A limpeza da boca deve continuar a ser feita com gaze ou ponta da fralda. Quem cuida do bebê não deve experimentar a temperatura ou o sabor do alimento na mesma colher ou copo da criança, nem soprar para esfriar a comida. Esses hábitos transmitem bactérias nocivas, causadoras da cárie.

Os dentes de trás – os primeiros molares nascem quando a criança completa um ano de idade. É hora de começar a usar a escova de dentes, utilizando uma pequena quantidade de creme dental (do tamanho de um arroz). A mãe deve ensinar a criança a cuspir, evitando que ela engula a espuma.

Cárie de mamadeira – é a cárie que ocorre quando se dá mamadeira ao bebê que está dormindo. Durante o sono, a produção de saliva diminui, o que dificulta a limpeza dos dentes. Com isto, as bactérias se utilizam dos restos de leite e produzem ácidos que atacam os dentes, provocando a cárie.

Todos os dentes – Entre dois e cinco anos de idade, a criança terá todos os 20 dentes de leite. Agora os dentes estão bem juntos, e, além da escova, é preciso usar o fio dental para limpar entre eles, pelo menos uma vez por dia. Quando vierem os dentes permanentes, o fio dental será ainda mais importante.