

## COMO POSSO CUIDAR DA SAÚDE BUCAL DO MEU FILHO ENQUANTO TROCA OS DENTES?

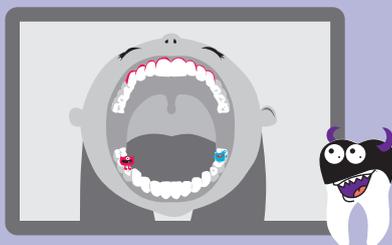
- Nesta etapa é muito importante a atenção da saúde bucal da criança pois é quando acontece a erupção dos dentes permanentes, que ficarão por toda a vida.



## SAÚDE BUCAL

## O que é biofilme?

- É uma película incolor, formada por diferentes tipos de microorganismos que estão presas nos dentes. Quando estes microorganismos conseguem substratos para sobrevivência, tais como açúcares, podem se organizar e produzir cáries, gengivite e doença periodontal. Além disso, se esta placa persiste muito tempo sobre a superfície do dente, ela pode calcificar e produzir cálculos.



## RECOMENDAÇÕES PARA UMA BOA SAÚDE ORAL

- Escovar os dentes com um creme dental com flúor pelo menos duas vezes por dia.
- Depois da escovação noturna não deve ingerir alimentos.
- Use fio dental ou enxaguante bucal como um complemento para uma boa escovação.



- Controlar a ingestão de doces e refrigerantes como lanches entre as refeições, pois aumentam as chances de cavidades e excesso de peso.
- Prefira frutas e legumes frescos em vez de lanches açucarados, batatas fritas ou doces



- Crianças devem visitar o dentista a cada 6 meses.