



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA  
BOM SUCESSO



# CUIDADOS DE SAÚDE ORAL PARA O BEBÉ

---

CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ



## PARA A SAÚDE ORAL DO BEBÉ É FUNDAMENTAL TER EM CONTA:

- A higiene oral
- A escolha da chucha
- A alimentação
- O uso do biberão
- A medicação

## HIGIENE ORAL

- Deve começar nos primeiros dias de vida da criança, para evitar o desenvolvimento de bactérias e criar hábitos de higiene oral.
- Após a última refeição do dia devem ser limpas as gengivas, as bochechas e a língua do bebé, com uma compressa ou fralda molhada em água.
- Após o nascimento do 1.º dente inicie a escovagem duas vezes por dia, de manhã, depois do pequeno-almoço e à noite a última coisa antes de deitar (DGS 2021).
- Para a escovagem dos dentes deverá escolher uma escova pequena e uma pasta fluoretada (com pelo menos 1000 ppm de flúor) numa quantidade semelhante ao tamanho da unha do dedo mindinho do bebé. (DGS, 2021).

As mais recentes recomendações indicam que a primeira observação da cavidade oral do bebé deve ser realizada por um profissional de saúde oral até aos 12 meses (AAPD).





## ESCOLHA DA CHUCHA

- A utilização de chucha pode provocar alterações nos maxilares das crianças.
- A chucha anatómica/ortodôntica parece ser a que menos deformações provoca.
- Procure atender ao tamanho da chucha escolhendo a indicada para a idade (se ortodôntica ou anatómica).
- A criança deverá de deixar de usar a chucha até aos 3 anos.



## ALIMENTAÇÃO

Para uma alimentação equilibrada o bebé não necessita que se acrescente qualquer açúcar aos alimentos.

Evite juntar açúcar ou “doce” ao leite ou outros alimentos, ou colocá-los na chucha.

A não adição do açúcar ou “doce” ajuda o seu bebé a ser mais saudável e contribui para a prevenção da cárie dentária.

O leite materno também deixa resíduos nos dentes. Depois das mamadas da noite, será necessário fazer a higiene oral do bebé.



## USO DO BIBERÃO

Se optar pelo uso do biberão para alimentar o bebê não o faça quando ele está deitado e prestes a dormir.

O aleitamento/oferecer o biberão de forma prolongada e a ausência de higiene oral após o mesmo, favorece o desenvolvimento das bactérias e a deformação dos maxilares.

Se o seu bebê precisar de tomar medicação (xaropes) é importante que efetue a limpeza das mucosas e dentes, 15 minutos depois, para não deixar resíduos.





## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRIC DENTISTRY - Policy on the dental home. Em AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRIC DENTISTRY (Ed.) - The reference manual of pediatric dentistry. Chicago, Il: American Academy of Pediatric Dentistry, 2020. p. 43-44.

CARUSO, Silvia et al. - Poor oral habits and malocclusions after usage of orthodontic pacifiers: An observational study on 3-5 years old children. BMC Pediatrics. ISSN 14712431. 19:1 (2019) 1-9. doi: 10.1186/s12887-019-1668-3.

PORTUGAL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. DGS - Programa Nacional Promoção da Saúde Oral 2021-2025. Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2021. ISBN 9789726752974.

---

**Imagens:** FNSBS, Unsplash, Adobe Stock e Freepik  
© Fundação Nossa Senhora do Bom Sucesso



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA  
**BOM SUCESSO**  
CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ

Na prevenção...  
**O primeiro passo  
é SEU!**

AV. DR. MÁRIO MOUTINHO (AO RESTELO)  
1400-136 LISBOA  
T (+351) 213 031 420  
GERAL@FNSBS.PT  
**WWW.FNSBS.PT**

**EDIÇÃO: ABRIL 2024**

**CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ**

Registo ERS n.º E117672