



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA
BOM SUCESSO



CUIDADOS DE SAÚDE ORAL PARA A CRIANÇA



Revisão 2023

CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ

CUIDADOS DE SAÚDE ORAL PARA A CRIANÇA



► Para a Saúde Oral da Criança é fundamental ter em conta:

- A higiene oral
- A alimentação
- O uso do biberão
- A medicação
- A Vigilância de Saúde Oral

HIGIENE ORAL

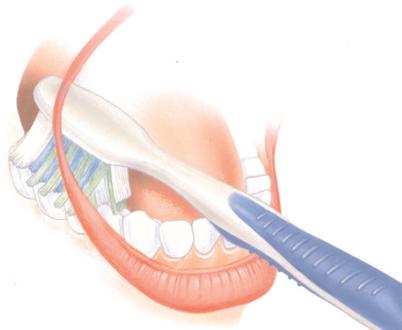
- Deve começar nos primeiros dias de vida da criança, para evitar o desenvolvimento de bactérias e criar hábitos de higiene oral. Utilize uma compressa ou fralda molhada em água e limpe as gengivas, as bochechas e a língua do bebê.
- Após o nascimento do 1.º dente inicie a escovagem duas vezes por dia, sendo a segunda após a última refeição do dia.
- Para a escovagem dos dentes deverá escolher uma escova pequena e uma pasta fluoretada (com 1000 ppm de flúor) numa quantidade semelhante ao tamanho da unha do dedo mindinho da criança (DGS, 2021).
- É muito importante que a escovagem da noite seja realizada com a ajuda de um adulto de acordo com as imagens:



Por fora



Por dentro



Nas superfícies que mastigam



Sem esquecer a língua

Fonte: Guia para el paciente para una buena Higiene Oral BraunOralB

A ALIMENTAÇÃO



Roda dos alimentos

- Para a criança crescer saudável é importante uma alimentação equilibrada, o que implica o consumo de alimentos diversificados, incluídos nos vários grupos da roda dos alimentos e nas quantidades indicadas (DGS, 2020).

- Para a criança ter uma boa saúde oral é importante não acrescentar alimentos açucarados (doces, bolachas, chocolates, sumos, etc.) à sua alimentação, ajudando-a a prevenir a cárie dentária.



- À medida que a criança cresce necessita de alimentos não triturados para “aprender” a mastigar.

O USO DO BIBERÃO

- A acompanhar a introdução de novos alimentos na alimentação da criança, é importante que ela passe a utilizar a colher e o copo ou a caneca, pelo que o biberão se torna desnecessário.



- Prolongar o uso do biberão favorece as deformações dos maxilares e facilita mamadas prolongadas antes de adormecer, contribuindo para o desenvolvimento de bactérias e o aparecimento de cáries dentárias.

O USO DA CHUCHA

- Se a criança usa chucha, tenha em atenção que, a partir dos 3 anos, a deformação dos maxilares que a chucha pode causar é mais difícil de corrigir.
- Se o seu bebé precisar de tomar medicação (xaropes) é importante que efetue a limpeza das mucosas e dentes, 15 minutos depois, para não deixar resíduos.

VIGILÂNCIA DE SAÚDE ORAL NA FUNDAÇÃO

- A vigilância da saúde oral da criança, feita sempre que se realiza uma consulta no Programa de Saúde Infantil, é complementada, a partir dos três anos, altura em que deverá estar completa a dentição de leite, pelos rastreios realizados no Programa de Saúde Oral.
- Os rastreios têm como objetivo a detecção de eventuais alterações, possibilitando, caso existam, o encaminhamento para uma consulta médica da especialidade.
- O calendário de vigilância proposto, inclui:
 - 1.º rastreio realizado aos 3 anos (a partir dos 12 meses se não for seguido no Programa de Saúde Infantil);
 - Rastreios seguintes realizados de 6 em 6 meses.
- Os rastreios são realizados pela higienista oral, que fará a observação da boca (dentes, gengivas e maxilares).



- Nestas consultas e para além da observação, serão prestados cuidados de higiene oral, e feita a aplicação de flúor e de selantes (caso haja indicação).
- Serão também desenvolvidas intervenções de educação para a saúde, junto da família e da criança no âmbito da higiene oral, da alimentação e de outros aspetos conducentes a uma boa saúde oral.

► **Ajude a Criança a Ter uma Boa Saúde Oral:**

- Proporcionando-lhe cuidados de higiene oral desde o nascimento;
- Proporcionando-lhe uma alimentação equilibrada;
- Fazendo um uso adequado da chucha e/ou do biberão;
- Assegurando uma vigilância de saúde oral regular, através dos rastreios, possibilitando uma detecção precoce de eventuais problemas;
- Se verificar que há alguma alteração da Saúde Oral da criança, não hesite em contactar a sua Enfermeira da Fundação ou o Programa de Saúde Oral.

Na Prevenção...

... o primeiro passo é SEU

Referências Bibliográficas:

- PORTUGAL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. DGS - Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2020. Lisboa: Direção-Geral de Saúde, 2020. ISBN 9789726753131.
- PORTUGAL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. DGS - Programa Nacional Promoção da Saúde Oral 2021-2025. Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2021. ISBN 9789726752974.



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA
BOM SUCESSO

CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ

Av. Dr. Mário Moutinho (ao Restelo)
1400-136 LISBOA
Tel.: 21 303 14 20
email: geral@fnsbs.pt
www.fnsbs.pt

Registo ERS nº E117672

Fotos: Fnsbs
Free-stock photos.com
Inmage.com