Drª Mônica Savariz

Guia de Orientação

Saúde Bucal nos primeiros anos de vida

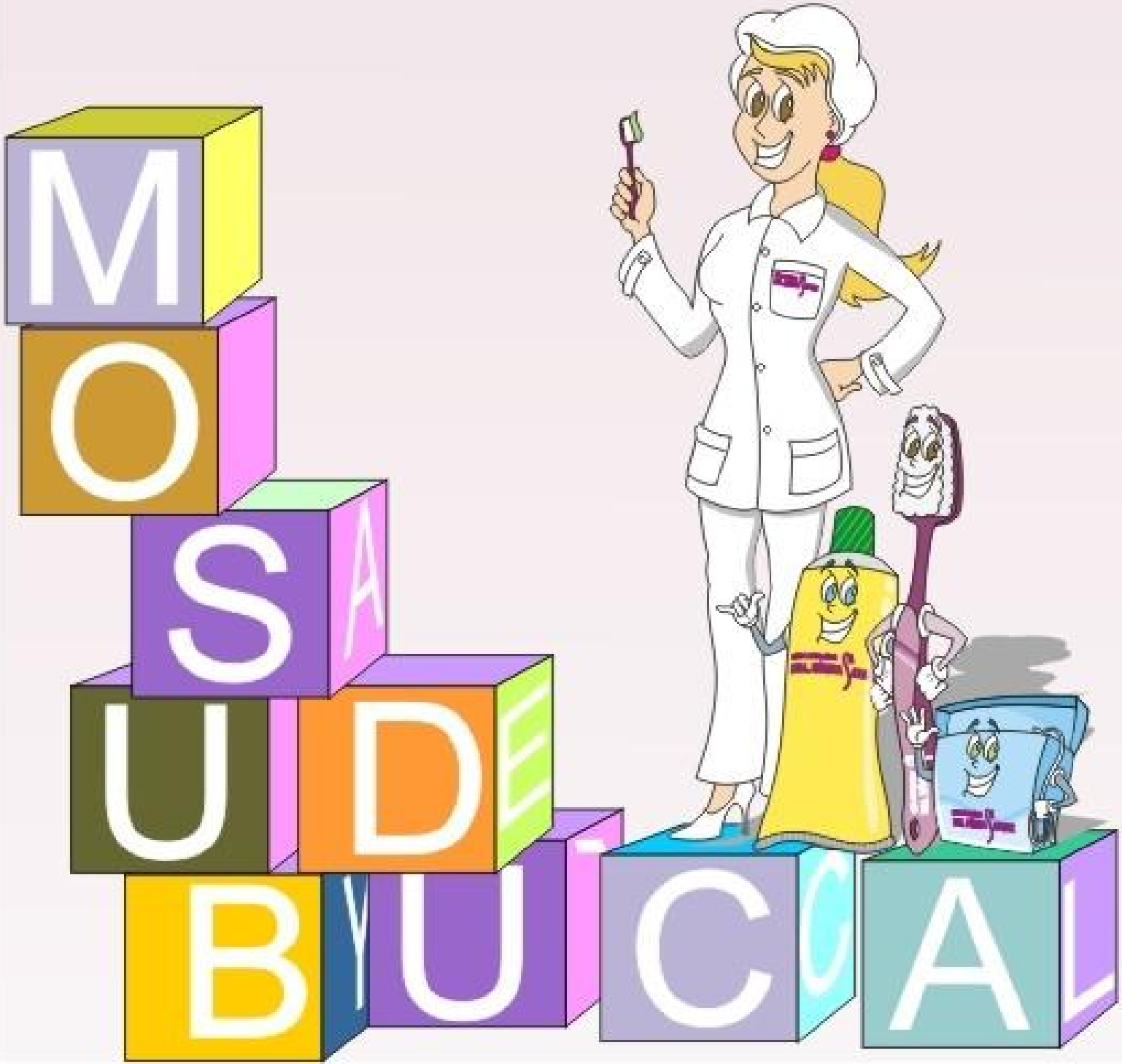


Foto do Bebê com os Pais

cole a foto aqui

Foto do Bebê com Dentista

cole a foto aqui

Olá Papai e mamãe,

Este guia é para orientá-lo a cuidar da saúde bucal de seu filho nos primeiros anos de vida. Você estará prevenindo problemas futuros e garantindo o sorriso de seu filho.

Minha dica é: Estabeleça regras de higiene bucal desde cedo, faça da visita ao dentista algo prazeroso e agradável desde bebê, prepare seu filho para a consulta, fazendo ele entender que está indo visitar um amigo(a). Cuidar da saúde é algo positivo, passe isso a ele. Ensine seu filho a gostar de alimentos saudáveis. Dê bom exemplo a ele desde cedo: Cuide de sua saúde bucal.

Dados do Bebê

Nome: _____

Idade: _____ meses

Data de Nascimento: __/__/__ Sexo: _____

Grupo Sanguíneo: _____

Telefone:_____

Filiação: Pai: _____

Mãe: _____

Endereço: _____

_____

_____

Dentista: _____

Telefone Dentista: _____

Médico Pediatra:_____

Telefone do Médico Pediatra: _____

Introdução

Nos primeiros anos de vida, a criança adquire funções primordias para o seu desenvolvimento. Nesse sentido, pais e todos os profissionais da área de saúde ou de educação que entram em contato com a criança devem estar atentos a qualquer alteração na sua evolução.

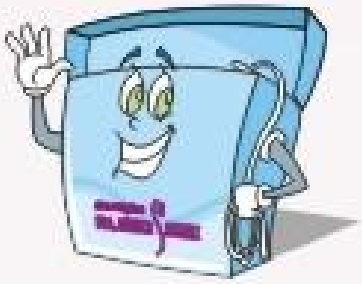
O guia servirá para você papai e mamãe terem nele todo o histórico odontológico do seu filho. Quando ele crescer vai saber que desde bem cedo seus pais se preocuparam com seu sorriso.
Ver seu filho crescer com saúde é uma das maiores alegrias que você terá na vida.
Dedico este guia a minha afilhada e sobrinha Manuela e a todos que confiam e valorizam meu trabalho.

Beijos e sorrisos da Dra. Mônica
CRO 47 58

Foto da primeira visita ao dentista

cole a foto aqui

1 - Aleitamento Materno



1.1 Aleitamento Materno Exclusivo

Deve ser realizado até os seis meses de idade (sem água, chá, ou qualquer outro tipo de alimento), de acordo com o Ministério da Saúde, UNICEF, Organização Mundial de Saúde e Sociedade Brasileira de Pediatria.

1.2 Aleitamento Materno Complementado

1.2.1 Alimentos Complementares

A partir dos seis meses de idade inicia-se a introdução de água tratada, filtrada ou fervida e dos chamados alimentos complementares: no almoço, legumes com consistência de purê e frutas como sobremesa, na forma de suco ou de papa, e mingau de cereais ou fruta no lanche.

1.2.2 Sugestão do Cardápio

1ª refeição: leite materno;

Demais refeições:

- 9:00 horas: todas as frutas, mas costuma-se iniciar com maça e banana maça;
- 11:00 horas: almoço – papa de legumes;
- 13:00 ou 14:00 horas: leite materno;
- 15:00 ou 16:00 horas: lanche – mingau de cereais ou repete-se a fruta;
- 17:00 ou 18:00 horas: leite materno;
- 20:00 ou 21:00 horas: leite materno.

OBS: Os horários são flexíveis, devendo-se respeitar a vontade da criança.

1.2.3 Preparo dos Alimentos Complementares

No preparo da papa salgada recomenda-se que os legumes sejam bem lavados e colocados para cozinhar com pouca água e pouco sal. Pode-se acrescentar aos legumes caldo de carnes frescas ou de fígado, evitando o uso de temperos industrializados. Após o preparo, acrescentar uma colher de chá de óleo de soja. À medida que a criança vai se acostumando com a papa, orientar a mãe para introduzir legumes diferentes e sempre um de cada vez. Os alimentos devem ser amassados com o garfo para obter a consistência de purê e nunca liquidificados.

As frutas oferecidas em forma de sucos e de papas (amassadas com o garfo ou raspadas com colher) não devem ser adoçadas com açúcar ou adoçantes, pois já tem açúcar natural, a frutose.

1.2.4 Segunda Grande Refeição

Após o 7º mês, introduz-se o jantar diminuindo uma refeição de leite materno.

1.2.5 Alimentação Semelhante à da Família

Entre os dez doze meses de vida, os alimentos preparados para a refeição da família como arroz, feijão, cozidos de carne ou legumes podem ser oferecidos à criança. Os alimentos devem estar levemente amassados, procurando deixar pedaços mais inteiros ou desfiados e que não sejam preparados com muito sal, óleo ou com condimentos picantes.

É importante oferecer diferentes alimentos ao longo do dia. Deve-se estimular o consumo diário de frutas, verduras e legumes nas refeições.

1.2.6 Atitudes Educativas para a Formação de Bons Hábitos Alimentares

A criança não deve "experimentar" todos os alimentos consumidos pelo restante da família como iogurte industrializado, macarrão instantâneo, frituras, salgadinhos, refrigerantes ou bebidas alcoólicas, café, enlatados e guloseimas. Nestas situações procurar oferecer à criança frutas, sucos naturais ou cereais. Membros da família devem ser orientados a não oferecer doces, sorvetes ou refrigerantes à criança. É importante que aqueles que participam das refeições diárias estejam conscientes de que uma alimentação saudável deve ser mantida por todos, na medida do possível. Os alimentos e o tipo de preparação sugerida para a criança, devem ser apresentados à mesa a toda família, pois em pouco tempo a criança estará copiando os hábitos alimentares praticados em casa.

1.2.7 O Desmame Deverá Ocorrer de Forma Lenta e Gradativa a Partir do 6º Mês de Idade

Após o quarto mês de idade o bebê não deve estar mamando de madrugada.

2 - Aleitamento Artificial

2.1 Fórmulas Infantis

Somente se orienta fórmulas infantis, apropriadas a cada faixa etária, quando não é possível a prática do aleitamento materno. A contra-indicação médica para a prática do aleitamento materno ocorre em casos de algumas doenças infecciosas específicas e doenças mentais da mãe.

2.1.1 Ingestões das Fórmulas Infantis

A ingestão das fórmulas infantis deve ser realizada preferencialmente por meio de copos e quando não for possível por meio de mamadeira. Não é necessária a introdução de mucilagem (mucilagens de cereais, maisena, aveia, etc.). Não se recomenda adição de adoçantes e/ou açúcar.

2.1.2 Aleitamento Artificial como Complementação do Aleitamento Materno

Nos primeiros 6 meses de vida, se houver necessidade de complementação do aleitamento materno com aleitamento artificial, é contra-indicado o uso da mamadeira. Sempre que for necessária a complementação deve ser feita com o uso de copinho.

2.1.3 Leite de Vaca no Aleitamento Artificial

O leite de vaca não é aconselhável para lactentes antes de um ano de idade, pois em 40 % dos casos provoca alergias, micro-hemorragias, podendo ocasionar anemia.

2.2 *Uso da Mamadeira*

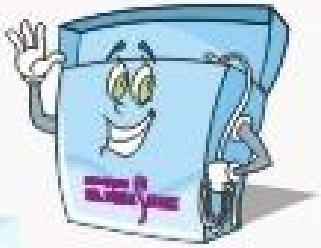
Não se recomenda o uso da mamadeira, mas se utilizada deve ser limitada ao primeiro ano de vida.

2.2.1 Mamadeira como Veículo para Líquidos

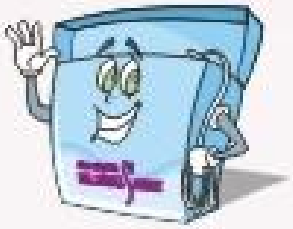
O uso da mamadeira deve ser limitado apenas como veículo para o aleitamento artificial. Outros líquidos como água, suco, chá, devem ser oferecidos no copo.

2.2.2 Mamadeira Associada ao Horário do Sono

O uso da mamadeira não deve ser associado com o horário que a criança dorme e nem durante o sono.



3 - Chupeta



Não se recomenda o uso de chupeta, pois o aleitamento materno supre todas as necessidades da fase oral, mas se utilizada deve ser limitada até os 18 meses de idade. Dê preferência a chupeta ortodôntica.

4 - Alimentos com Potencial Cariogênico

4.1 *Açúcar*

Deve ser evitada a utilização do açúcar dos dois primeiros anos de vida. Recomenda-se seguir a "Orientação dos 10 passos para a alimentação saudável da criança menor de 2 anos", publicado pelo Ministério da Saúde/OPS, no Guia Alimentar, 2002.

4.2 *Mel*

O uso do mel não é indicado para bebês até dois anos de idade, pelo risco de botulismo, alergias e por ser cariogênico.

5 - Escovação dos Dentes

5.1 *Higiene Bucal*

Após a erupção do primeiro dente, deve-se iniciar a higienização buço-dentária do bebê com gaze, tecido macio umedecido ou dedeiras de borracha ou silicone, 2 a 3 vezes ao dia. Nessa fase a mãe já deve estar orientada e preparada para realizar a higienização bucal, não deixando, jamais, a criança dormir com a boca suja.

5.2 *Início do Uso de Escova Dental*

A escova dental deverá ser introduzida por volta dos 14 meses de idade, época que corresponde à erupção do primeiro molar decíduo.

5.3 *Inicio do Uso do Fio Dental*

Os pais/responsáveis devem iniciar o uso do fio dental na criança quando houver contato entre os dentes.

5.4 *Quem deve Realizar a Escovação e o Uso do Fio Dental*

Os pais ou responsáveis devem realizar a escovação dental e o uso do fio dental na criança até que a mesma apresente coordenação motora adequada para efetuar esses procedimentos. A partir desse momento até a adolescência é necessária a complementação e/ou supervisão dos pais /responsáveis.

5.5 *Escova Dental Infantil*

Deve apresentar boa empunhadura, ter cerdas macias com extremidades arredondadas e tamanho compatível com a cavidade bucal da criança.

5.6 *Creme Dental*

Não se recomenda o uso de creme dental fluoretado em crianças abaixo de 24 meses de idade. Entre 3 a 6 anos de idade, indica-se o creme dental com concentração reduzida de flúor – 500 ppm. A quantidade de creme dental utilizada deve ser pequena.

6 - Uso Suplementar de Flúor

Decisões com relação à administração de flúor suplementar devem ser baseadas na necessidade individual de cada criança. Recomenda-se o uso suplementar de flúor somente para crianças entre 6 meses e 16 anos que moram em áreas com água de abastecimento não fluoretada.

RECOMENDAÇÃO DA TURMINHA:

A criança deve ser encaminhada para um serviço odontológico nos primeiros 6 meses de vida.

Dicas da Drª Mônica

1 – Quanto a alimentação

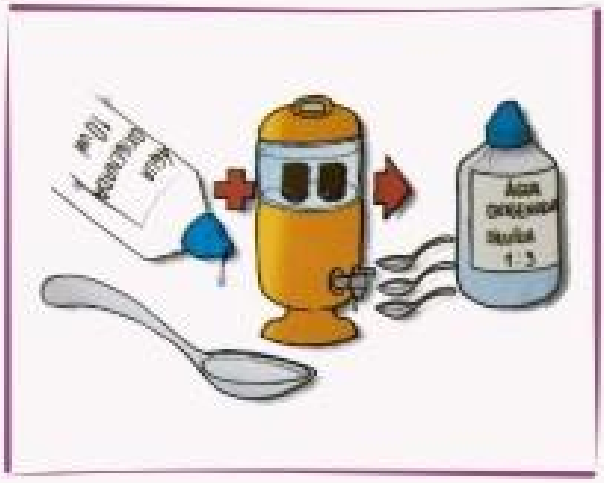
- O leite materno é o único alimento que o bebê precisa nos primeiros seis meses de vida;
- Após os seis meses de idade, uma alimentação variada e colorida garante os nutrientes que o bebê precisa. Na impossibilidade de continuar amamentando no peito, use o copo não a mamadeira;
- Quando aparecerem os primeiros dentinhos (mais ou menos aos 6 meses de idade), um bebê sadio já dorme a noite inteira, sem necessidade de acordar para mamar;
- Evite dar doces ao seu bebê. Evite pôr açúcar ou mel no leite e nos sucos, pois podem causar cárie;
- Se a criança chupar pirulito e balas, ou comer chocolate e bolacha, lave a boca e escove os dentinhos em seguida;
- Alimentos recomendados para uma boa saúde bucal são os mesmos aconselhados para se manter uma boa saúde geral;

- A amamentação é muito importante para o desenvolvimento da face do bebê;
- Evite dar mamadeira e chupeta para o bebê, prevenindo problemas de cárie, de dentes tortos e de respiração bucal;
- Retire o uso de chupeta e mamadeira até os 2 anos de idade;
- Estimule o bebê a mastigar dos dois lados da boca, para um bom crescimento da face.

Alimentos que contém muito açúcar são prejudiciais aos dentes.

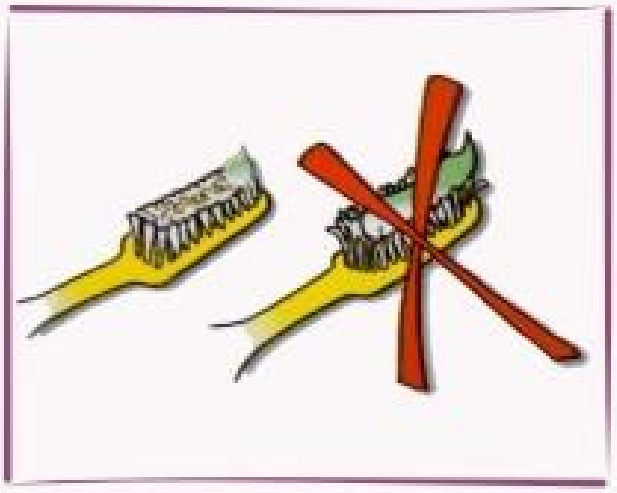
2 - Quanto a higiêne

Limpe a boca do bebê, mesmo não tendo ainda os dentes, aproveite o horário do banho para fazer a limpeza, utilize uma gaze umedecida ou pano macio, em água fervida ou filtrada.



Se já tem dentes, misture uma colher (de sopa) de água oxigenada (10 volumes) em 3 colheres (de sopa) de água filtrada ou fervida, molhe a ponta da fralda ou gaze nessa solução e execute a limpeza de toda a boca por dentro: bochechas, céu da boca, gengiva, língua e dentes, faça essa limpeza no mínimo 2 vezes ao dia.

Até os 2 anos e meio de idade está contra-indicado o uso de pasta de dente com flúor, podendo utilizar aquelas que não contém flúor. Coloque pasta de dente na escova, em pequena quantidade. Inicie o uso do creme fluoretado a partir do momento que seu filho entenda que não pode engolir.



3 – Quanto ao uso do flúor

- Coloque 4 gotas de flúor em cada ponta do cotonete;
- Esfregue todos os dentes superiores com a ponta do cotonete;
- Com a outra ponta, faça o mesmo com os dentes inferiores;
- Aplique o flúor 2 vezes ao dia, de manhã e a noite, após a limpeza dos dentes e da boca.

OBS: A prescrição do flúor será feita pelo(a) dentista(o) que cuida do seu filho

4 – Quanto aos hábitos

A cárie é uma doença transmissível e infecciosa,por isso evite:

- Beijar seu filho diretamente na boca;
- Soprar o alimento para esfriá-lo;
- Provar o alimento antes de colocar à boca do bebê.

Não espere nascer os dentes de seu filho para levá-lo à primeira consulta ao dentista, você receberá as orientações que necessita.

É de responsabilidade dos pais o cuidado com os dentes de seu filho.

Siga a Dra. Mônica no Twitter

Visite nosso Orkut

Blog da Mônica Savariz

Clínica Odontológica Drª Mônica Savariz
CRO SC – 759

Responsável técnico:
Drª Mônica Savariz – CRO SC 4758

(48) 3242-9420 | 3033-5101 | www.odontoclinicamonica.com.br
monica@odontoclinicamonica.com.br | www.odontoclinicamonica/blog

Prontuário de Acompanhamento dos Pais e Dentista

EXAME DENTAL

Erupção (Idade em meses)

51 _____	61 _____	71 _____	81 _____
52 _____	62 _____	72 _____	82 _____
53 _____	63 _____	73 _____	83 _____
54 _____	64 _____	74 _____	84 _____
55 _____	65 _____	75 _____	85 _____

AVALIAÇÃO PSICOSSOCIAL (WEIGHT)

A) **Conduta Negativa:** Recusa tratamento, resistência, choro forte.
B) **Conduta Indefinida:** Pequena resistência, medo, choraminga, nervosismo.
C) **Conduta Satisfatória:** Adaptação cautelosa, reserva ao tratamento, relutância.
D) **Conduta Positiva:** Bom relacionamento, sem medo, interesse no tratamento.

Data					
Conduta					

Data					
Conduta					

Data					
Conduta					

Data					
Conduta					

OBSERVAÇÕES

Data da Consulta:
Observação Dentista:

Observação Pais:

Data da Consulta:
Observação Dentista:

Observação Pais:

Data da Consulta:
Observação Dentista:

Observação Pais:

Data da Consulta:
Observação Dentista:

Observação Pais:

Drª Mônica Savariz

Mini Curriculo

-Curso Profissionalizante: Magistério
(Colégio Sagrado Coração de Jesus / Ijuí)

-Graduação: Odontologia (Universidade Federal de Pelotas)

Pós - graduações:

-Aperfeiçoamento em Odontopediatria (UFPEL)

- Aperfeiçoamento em Ortodontia Preventiva (EAP)

- Aperfeiçoamento em Endodontia (Centro de Estudos Endodonticos / FPOLIS)

- Administração e Marketing em Odontologia (UFSC)

-MBA Gestão Empresarial (Fundação Getúlio Vargas)

-Diretora da Clinica Odontológica
Drª Mônica Savariz e Dentista

Responsáveis pela elaboração do Guia
Drª Mônica Savariz - Odontopediatria
Arte - anapaula.picolli@gmail.com

Fonte: Conselho Regional de Odontologia do Paraná - CRO

WALTER, L.R.F., FERELLE, A., ISSAO, M. Odontologia para o bebê: odontopediatria do nascimento aos 3 anos. São Paulo: Artes Médicas, 1997.