



Educar Odonto
Seu sorriso saudável



CHECKLIST DA ESCOVAÇÃO

Passo a passo de como MELHORAR a
escovação



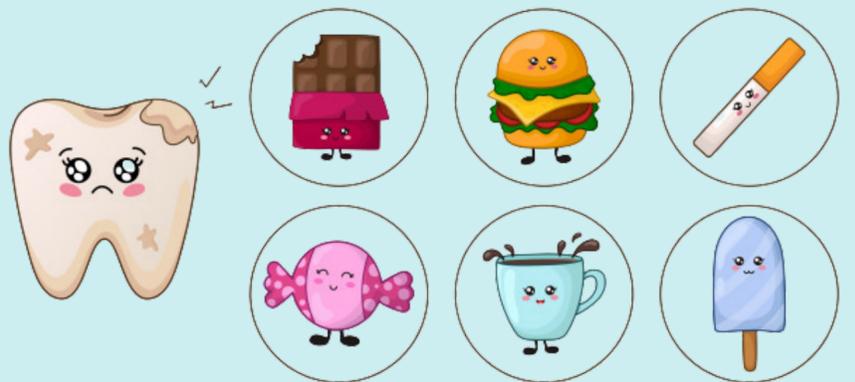
Aluna responsável: Flávia Almeida Amorim

IMPORTÂNCIA DA HIGIENE BUCAI



O cuidado com higiene oral deve começar ao nascer do primeiro dentinho da boca do bebê

Para ter uma melhor saúde bucal e evitar o aparecimento de cáries, tenha uma alimentação saudável e evite alimentos açucarados



Para uma melhor higiene bucal, é necessário o uso diário de escova de dente, creme dental com flúor e fio dental

A prevenção é a maneira mais econômica e menos dolorosa de se cuidar da saúde bucal

QUANTIDADE DE CREME DENTAL A SER USADA

 1/2 grão de arroz



ATÉ 2 ANOS

(meio grão de arroz)

 1 grão de arroz



2 A 4 ANOS

(um grão de arroz)

 1 grão de ervilha



+ DE 4 ANOS

(um grão de ervilha)

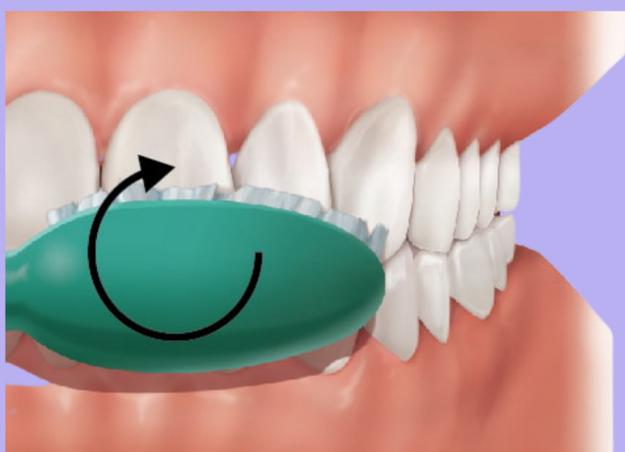
<https://www.colgate.com.br/kidparents/creme-dental-para-cada>

ESCOVAÇÃO



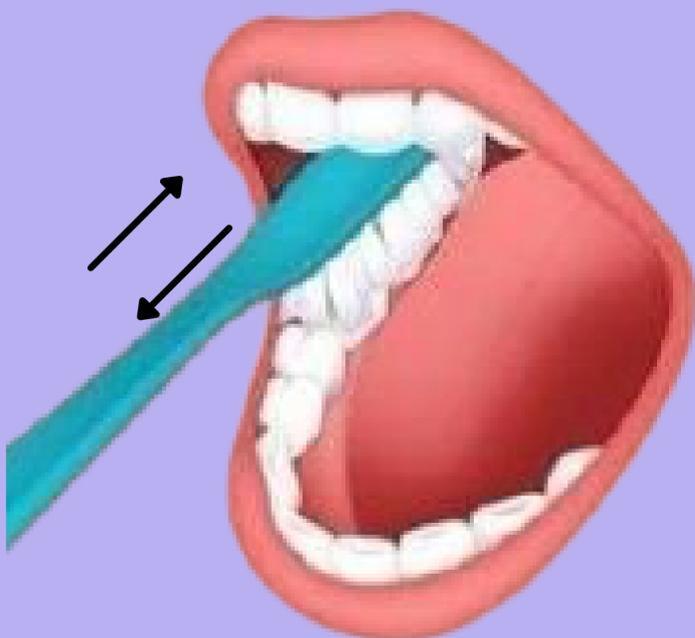
1

Creme dental com flúor +
escova com cerdas macias e cabeça
pequena



2

Movimentos circulares suaves na parte
externa de todos os dentes - Contar até
10 percorrendo toda a região externa dos
dentes



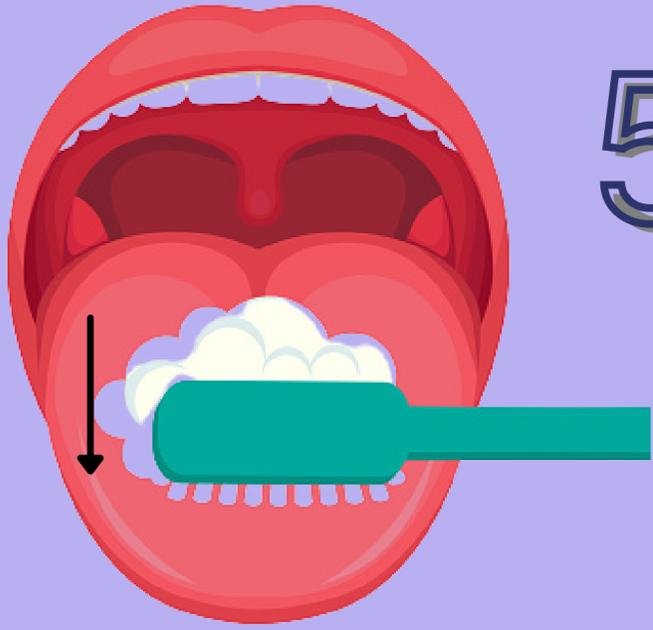
3

Movimentos de vai e vem na face
mastigatório dos dentes
(superiores e inferiores)



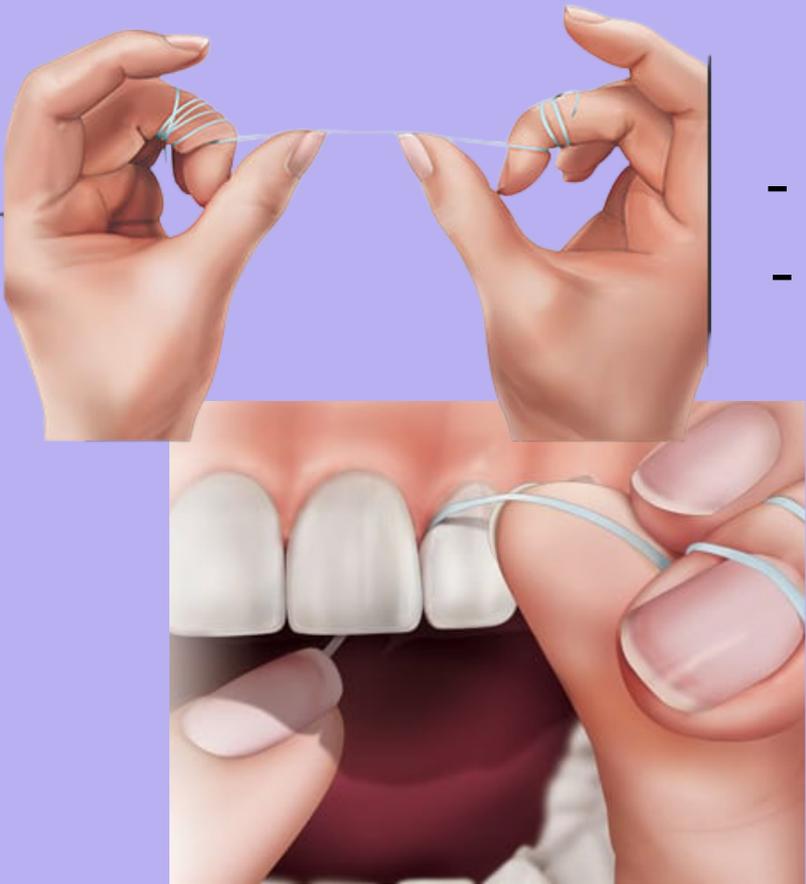
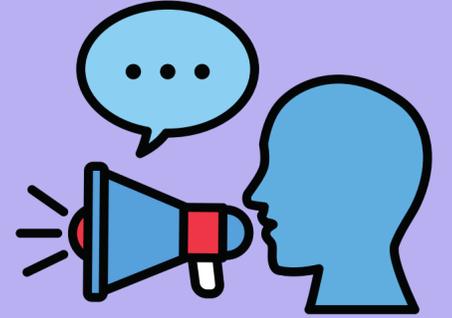
4

Movimentos de "vassourinha" para
limpar a parte de dentro dos dentes,
sempre fazendo movimentos de dentro
para fora



5 Não pode esquecer de escovar a língua, sempre fazendo movimentos de dentro para fora. A limpeza da língua é fundamental, pois evita o acúmulo de alimentos, prevenindo o mau hálito

NÃO ESQUECER!



- Use o fio dental **ANTES** de iniciar a escovação
- Passe o fio dental em todos os dentes, devagar para não machucar a gengiva

Escovar os dentes pelo menos
3 vezes ao dia

Trocar a escova a
cada 3 meses

Cada escovação deve ter
duração de no mínimo
2 minutos

CONHECENDO A BOCA DO SEU FILHO



Procure olhar periodicamente a boca dos seus filhos, de modo a saber se tem alguma alteração (machucado ou dentes escurecidos)

PARABENIZAR E INCENTIVAR



ATENÇÃO !!

**Sempre PARABENIZÁ-LOS
quando a escovação for
feita de forma correta**

**A participação da família é
FUNDAMENTAL no processo de
aprendizagem dos filhos**



VISITE PERIODICAMENTE O
DENTISTA



"A prevenção é sempre o melhor caminho"

Educa Odonto
Seu sorriso saudável