



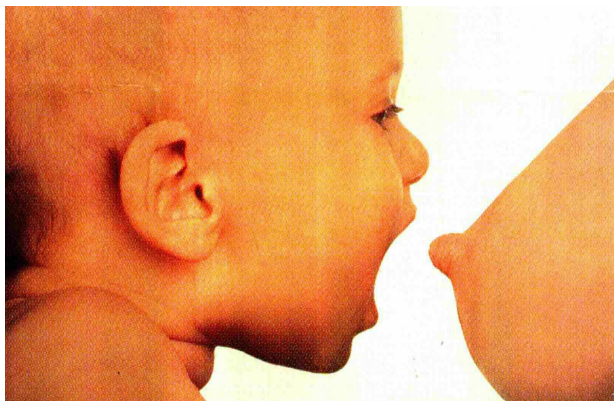
Guia da Dentição

Por Ana Paula M. Anequini

Um Sorriso lindo!

Um belo dia surge uma novidade! Nasceu o primeiro dentinho! O evento é logo comunicado aos familiares! Mais uma pequena festa para a família! Porém, esta festa já se iniciou bem antes, logo nas primeiras semanas da gestação.

Este mini guia irá ajudar a esclarecer e conhecer um pouco melhor toda a fase de dentição de seu filho, bem como adquirir bons hábitos de higiene bucal. Questões como amamentação, alimentos, chupetas, doces, importância da escovação, como aliviar a coceira nas gengivas dos bebês, trauma dental, escovação, prevenção de cárie e problemas ortodônticos, enfim, daremos uma breve informação para que nenhuma dificuldade atrapalhe o desenvolvimento de seu filho.



Amamentar é preciso!

O leite materno é o alimento ideal para o recém-nascido e o seio da mãe, a forma perfeita para o bebê ter uma boa dentição. Mamando no peito fortalece os músculos faciais, posicionando o osso da mandíbula na face.

Por isso é fundamental amamentar o bebê no seio durante os primeiros 6 meses de vida, o que irá garantir uma boa mordedura, mastigação e deglutição.

Mamadeira - com formato e tamanho diferente do seio, a mamadeira exige vários movimentos de sucção que quando repetidos por muito tempo pode comprometer as funções orais da criança. Também não caia na tentação de aumentar o furo da mamadeira, pois a força para mamar é fundamental para tonificar os músculos da face e desenvolver a mandíbula.

Dentinho à vista!

Em geral, o primeiro dentinho só vai nascer quando o bebê estiver com cerca de 6 meses, mas esta história se inicia bem antes-ainda no útero. Seu odontopediatra poderá lhe dar todas as explicações necessárias. Variações até seis meses a mais ou a menos no nascimento dos dentes é normal! O importante é que até 3 anos a primeira dentição esteja completa: 20 pequenos dentinhos de coloração leitosa

Quando eles costumam aparecer.

6 meses	incisivos centrais inferiores
7 meses	incisivos laterais inferiores, seguidos dos centrais superiores.
9 meses	incisivos laterais superiores
12 meses	primeiros molares inferiores, seguidos dos molares superiores
1 ano e 4 meses	caninos inferiores ,seguidos dos caninos superiores
1 ano e 8 meses	segundos molares inferiores
2 anos	segundos molares superiores

Ai que coceira!

O nascimento do primeiro dentinho é acompanhado por muita expectativa e dúvidas. É normal o bebê ficar mais irritadinho, pois a pressão do dente para sair da gengiva pode causar desconforto. Apesar disso, o bebê não sente dor e nem tem sangramento. A gengiva muda de cor e pode aparecer ponto roxo (hematomas).

Há um aumento da salivação e pode ocorrer até um discreto aumento da temperatura, uma febre baixa e passageira. Diarréia não está relacionada com a dentição, o que pode estar ocorrendo é que nesta fase ao bebê leva mão e objetos na boca que pode estar contaminado pela sujeira, além desta fase também ser a introdução das papinhas.

O melhor amigo do bebê nesta hora é um mordedor, para massagear a gengiva sem machucar.

Vamos mastigar!

Para seu filho crescer com dentes saudáveis, mastigar é preciso. Por isso depois da fase de sucção importante dar a ele aos poucos alimentos menos líquidos. Até os 3 anos a criança deve estar comendo de tudo. Alimentos que exigem mais mastigação ajudam a desenvolver os maxilares, massageiam a gengiva, e colaboram para um correto posicionamento dos dentes. Promovem ainda uma autolimpeza da boca.

Cuidado com os doces!

Balas, chicletes, pirulitos, gominhas, bolachas recheadas estão no topo da lista dos alimentos que mais provocam cáries e também são os campeões na preferência infantil.

Não é o caso de abolir totalmente essas guloseimas, mas é MUITO importante controlar seu consumo. O perigo está ligado à frequência e a consistência (quanto mais “grudento” o doce pior é), aumenta o tempo que fica aderido ao dente aumentando a chance de cárie.



Higiene permanente!

Bons hábitos de higiene bucal vem do berço! Essa não é mais uma frase de efeito, quer dizer que, além do bom exemplo que os pais devem dar, precisam começar a cuidar da limpeza da boca do bebê desde cedo, na fase que ainda dorme no berço. Até os 6,7 meses a limpeza costuma ser realizada com gaze ou dedeira embebida em água filtrada. Aconselhamos a limpar a boquinha do bebê antes mesmo de seu dentinho erupcionar. Consulte seu dentista, ele vai lhe ajudar a realizar a higiene, a adequar a melhor escova infantil para cada fase da dentição, a melhor maneira de escovar, além de lhe dar explicações sobre o uso de dentifrícios fluoretados ou não, quando iniciar o uso dos cremes dentais, uso do fio dental entre outras explicações.

Dedo e chupeta!

Na fase do dente de leite, umas das preocupações dos odontopediatras e dos pais é o hábito de usar chupetas ou chupar o dedo. Esses hábitos correspondem a um instinto natural dos bebês, o da sucção, e, principalmente para os que não mamam no peito, são uma espécie de mal necessário. Porém os movimentos de sucção realizados estão longe de ser os ideais para a dentição do bebê. Não favorecem o desenvolvimento da musculatura e dos ossos faciais prejudicando assim a deglutição, mastigação e a fala.

Caso seu bebê esteja optando pelo dedo, introduza a chupeta, pois esta é mais fácil de se retirar depois. (assim que o bebê adormece, por exemplo). O ideal é removê-la até os 2 anos de idade.

Como minimizar esses efeitos?

- 👉 Use chupetas ortodônticas.
- 👉 Não ofereça a chupeta a todo momento.
- 👉 Não deixe a chupeta pendurada na roupa, sempre à disposição.
- 👉 Assim que a criança adormecer retire a chupeta.
- 👉 Se o bebê chupar o dedo, tente substituir pela chupeta.
- 👉 Quando a criança estiver com o dedo na boca, atraia sua atenção para atividades que ocupam as mãozinhas.

Caiu? Bateu?

Levar um tombo e bater os dentes é bem comum na vida das crianças. Nestes casos, você juntamente com seu dentista pode ajudar a amenizar as complicações.

O dente só saiu do lugar, mas não caiu:

Lave bem as mãos e empurre delicadamente o dentinho, colocando de volta no lugar.

O dente caiu

Depois de feita assepsia das mãos, segure o dente pela coroa, sem tocar na raiz, retire resíduo lavando delicadamente, sem esfregar e tente recolocá-lo na mesma hora no local. Se isso não for possível, coloque o dentinho num recipiente com leite, soro, água de coco, e vá para o dentista. Mas atenção: se o dente for de leite, muitos especialistas são contra a tentativa de reimplante, pois as chances de sucesso são pequenas.

Não foi possível colocar o dente no lugar

Somente o odontopediatra irá realizar o procedimento correto.

Qualquer que seja o trauma, o bebê precisa ser encaminhado para o dentista.

No Dentista!

Atualmente preconiza-se que a primeira consulta seja feita o mais precocemente, com cerca de 6 meses, ou menos. Basicamente é uma consulta de prevenção e orientação aos pais. O Odontopediatra vai avaliar os hábitos de alimentação e higiene bucal do bebê e se necessário sugerir mudanças ou demonstrar na prática o que e como os pais devem fazer para cuidar dos dentes dele. Mas não é só isso, nessa fase, é possível fazer o diagnóstico de desalinhamento dos dentes, prevenindo problemas ortodônticos.

Também é muito melhor que o bebê já tenha tido contato com o dentista numa situação tranqüila se, por acaso, for preciso uma consulta de emergência, como no caso de uma fratura dental.

O consultório também é “equipado” com brinquedos para deixar a criança mais à vontade e envolvê-la na aquisição de bons hábitos. A frequência das consultas é dada pela avaliação do dentista. A regra é manter consultas de rotina, a cada 6 meses, mas se a criança tem uma dieta que favorece o aparecimento de cáries, não conseguiu abandonar mamadeira noturna, ou ainda apresenta manchas brancas no dente-que podem ser sinal de cárie ou excesso de flúor, o dentista pode pedir consultas mais assíduas, a cada 3 meses, por exemplo.

A danada da cárie!

As cáries são geradas por bactérias que vivem naturalmente na boca ou são transmitidas no contato oral com as bactérias da boca de outras pessoas. Não compartilhe a mesma colher, não assopre a comida para esfriar, evite beijar a criança próxima à boca, veja a saúde bucal dos pais, babás e de todos aqueles que cuidam de seu bebê.

Quanto mais cedo a cárie for diagnosticada melhor. As causas da cárie são múltiplas. Os hábitos alimentares e de higiene contribuem decisivamente. A melhor forma de prevenir é restringir o consumo de alimentos cariogênicos, como doces e refrigerantes e fazer a correta higiene da criança após cada refeição e principalmente visitar o dentista regularmente.

Cárie não é coisa de criança! Os dentes de leite são importantíssimos! Veja o porquê:

- 🦷 Eles são fundamentais para a criança adquirir funções de mastigação
- 🦷 Ajudam no desenvolvimento da parte óssea
- 🦷 Contribuem para formação de uma arcada harmônica
- 🦷 Importante no desenvolvimento da fala
- 🦷 Quando perde o dente de leite antes da hora a criança pode ter dificuldade para articular certos fonemas
- 🦷 Mantêm o espaço para o dente permanente
- 🦷 Orienta a erupção do dente permanente
- 🦷 Infecções na primeira dentição podem afetar o germe do dente permanente
- 🦷 A falta precoce de um dente de leite pode causar falhas estéticas com conseqüência psicológica para a criança
- 🦷 A perda precoce dos dentes de leite propicia a instalação de mal-oclusões na dentição permanente.