

A photograph of a woman with long brown hair hugging a young girl with long blonde hair. Both are smiling broadly. The woman is wearing a grey top, and the girl is wearing a pink top. The background is bright and slightly blurred. There are three semi-transparent circular overlays: a pink one at the top left, a green one at the bottom left, and a teal one at the bottom left.

Manual da **Mãe Prevenida**

Um E-book para você se tornar
expert no cuidado da saúde bucal
do seu filho

por Sara Viegas



Capítulo 1

*É melhor trabalhar para
prevenir do que para remediar*

Prevenir é sempre melhor do que remediar. Todos nós, em algum momento da vida, já ouvimos esta frase ou algo muito semelhante a isso. Mas você realmente entende a importância e o impacto da prevenção na saúde bucal do seu filho?

Fazer consultas preventivas no Odontopediatra, desde o início da vida, é um *investimento* que trará benefícios para o resto da vida do seu filho.

Prevenir problemas que possam levar a procedimentos invasivos nos dentes, como restaurações, tratamentos de canal e extrações, é de fundamental importância, pois as crianças muitas vezes, por falta de acompanhamento odontológico com dentista pediátrico, são submetidas, ainda muito jovens, a procedimentos longos e muitas vezes desconfortáveis.

Muitas pessoas só buscam o dentista quando não tem mais jeito e a dor é insuportável. Essa prática traz prejuízos, muitas vezes, irreversíveis.

Ao contrário disso, os procedimentos preventivos, são de experiência muito mais agradável ao consultório odontológico, pois conseguimos, de forma lúdica e adequada para a idade, orientar e estimular a criança a cuidar realmente dos dentes, conhecendo a verdadeira importância da prevenção, desde pequenos.

É mais confortável para o paciente, para os pais e para o profissional quando a criança apresenta uma situação de saúde, do que intervir em algo que tenha perdido sua função ou requeira tratamentos mais invasivos.



Por isso,

"prevenir é melhor do que remediar" é um ditado muito sábio.

E por mais que tenha acontecido algum deslize e a prevenção tenha falhado, após o tratamento curativo, a criança deve se inserir em uma prevenção de futuros novos problemas, fazendo a correta higienização, se alimentando de maneira saudável e seguindo todas as orientações do dentista. Metade do trabalho é feito pelo profissional no consultório e a outra metade é importante a criança em casa, dia após dia, manter a saúde bucal. A periodicidade das consultas de prevenção varia também conforme a criança.

A Odontologia moderna visa prevenção, qualidade de vida. A nossa intenção é que as crianças não tenham mais doença cárie, por exemplo. Queremos e sonhamos com uma população jovem livre da doença e que tenham sim consultas de rotina, mas preventivas, e não mais curativas.



Capítulo 2

Dentes nascendo: Como aliviar o desconforto do bebê.

Os dentes dos bebês começam a aparecer a partir dos 6 meses de idade, em média. Como cada organismo tem um ritmo próprio, em algumas crianças, eles começam a surgir mais cedo, por volta de 4 meses, ou até mesmo mais tarde, quase com 1 ano. E se completam entre os 24 e 36 meses, sendo dez dentes na arcada superior e dez dentes na arcada inferior.

Se você é mãe ou pai de primeira viagem, deve estar preocupado com essa fase e pode estar se sentindo confuso em relação a como aliviar o incômodo do seu pequeno.



Cada criança reage de uma maneira. No entanto, de um modo geral, essa fase é rapidamente percebida pelos pais, pois a gengiva fica vermelha e irritada, os bebês começam a ficar mais irritados, choram com mais frequência e têm dificuldades para comer e dormir. O surgimento da primeira dentição pode ser uma fase de desconforto e dor para os bebês, mas a boa notícia é que os sintomas desagradáveis podem ser amenizados.

Conheça, a seguir, os principais sinais que indicam que os dentes do bebê estão começando a surgir:

IRRITABILIDADE

A superfície dura e resistente do dente, ao rasgar a gengiva, causa dores para os bebês. É um processo natural, mas que traz irritação e mau humor para os pequenos. A irritabilidade provoca o aumento exagerado das reações perante estímulos do ambiente.

É um sintoma normal de que o dente está prestes a nascer. É bem possível e esperado que seu filho chore por tudo e fique mais manhoso sem motivos aparentes.

ALTERAÇÕES NO APETITE

Caso o bebê esteja recusando o peito (ou mamadeira, copo ou colher dosadora) e recusando alimentos, esse é um sinal de que a gengiva está dolorida e os dentinhos estão surgindo. O que você deve fazer é mantê-lo hidratado e tentar incentivar a ingestão de alimentos líquidos ou sólidos que não exijam a mastigação ou grandes movimentos com a boca.

SENSIBILIDADE NAS GENGIVAS

A gengiva costuma ficar mais frágil, inchada e sensível.

Com isso, os bebês têm dificuldades em sugar o leite, o que acaba prejudicando o processo de aleitamento e até mesmo deixa a gengiva ainda mais irritada e dolorida.

SALIVAR COM MAIOR FREQUÊNCIA

Os bebês costumam babar com bastante frequência. Na fase do surgimento da dentição, a salivação se torna ainda mais intensa. Isso porque há uma maior ação das glândulas salivares na região bucal, o que acaba provocando a salivação.

INSÔNIA

A inquietação e a dor provocam mudanças na rotina de sono. O bebê passa a acordar mais vezes durante a noite ou tem dificuldade para pegar no sono, recusando-se a cochilar durante o dia. A inquietação e a dor provocam mudanças na rotina de sono.

MORDER OBJETOS DUROS

A vontade de mastigar todos os objetos que encontra é outro sinal típico de que os dentes estão nascendo. O bebê começa a colocar objetos duros na boca e a mordê-los para tentar aliviar o desconforto. Como ele não tem muita consciência sobre a origem da dor, introduz objetos na boca na tentativa de que ela passe. O recomendado, nesses casos, é não deixar qualquer objeto próximo aos bebês para evitar acidentes, principalmente itens pequenos e perigosos.

FEBRE

A febre também é um sintoma comum na fase de dentição. O leve aumento na temperatura pode ser causado pela inflamação na gengiva durante o processo em que o dente rasga a superfície da gengiva.

De qualquer forma, se o seu bebê apresentar febre, essa deve ser observada e acompanhada para que a situação não se agrave ou para que não seja sintoma de outro problema. Caso a temperatura seja superior a 37,5°C é **INDISPENSÁVEL** o acompanhamento por um médico pediatra.

DIARRÉIA

A diarreia não é considerada um sintoma direto da erupção dos dentes. Ela pode acontecer junto com esse processo devido à alguma infecção bacteriana ou virótica, devido a contaminação das mãos e objetos levados à boca em busca do alívio para o desconforto gengival apresentado pelas crianças durante essa fase. Da mesma forma que a febre, para descartar qualquer outra doença associada, é **INDISPENSÁVEL** o acompanhamento por um médico pediatra, caso seu filho apresente esse sintoma.

Mesmo sabendo disso, nenhuma mãe ou pai gosta de ver o bebê incomodado ou com dor, não é mesmo? Para te ajudar a diminuir a dor causada pelo nascimento dos dentes, vamos te ajudar com algumas dicas naturais.

MORDEDORES DE SILICONE OU RESFRIADOS

Uma das melhores formas de aliviar a dor é oferecer mordedores ao seu bebê. Além da melhora do desconforto, os mordedores também mantêm a criança entretida durante a brincadeira. No entanto, deve-se atentar para a superfície do produto, que precisa ser adaptada para esta finalidade. A dica também é colocar o mordedor na geladeira e oferecer gelado para o bebê, melhorando a inflamação do local.

MASSAGEM NA GENGIVA

Outra boa maneira de aliviar o desconforto bucal do seu bebê é praticar a massagem na gengiva.

Basta massagear a gengiva com a ponta do dedo bem limpo até melhorar o incômodo da dor. Durante o processo, você pode entreter o bebê, para que se distraia e não sinta o desconforto inicial.

FRUTINHAS GELADAS E/OU CONGELADAS

E LEGUMES CRUS

Legumes crus, como a cenoura, é uma excelente alternativa pois, além de “coçar” e amenizar o desconforto, nutrem o bebê. O alívio é ainda mais eficaz quando a fruta ou legume está gelado. Frutas resfriadas como maçã, bananas e ameixas também trazem um grande alívio. Mas atenção: oferecer ao bebê sob supervisão de um adulto e com o bebê sentado ou apoiado na posição vertical, para que ele não se engasgue.

PICOLÉ DE FRUTAS/ LEITE MATERNO/ CHÁ DE CAMOMILA

Seguindo a dica do alimento gelado, uma boa forma nutritiva e que pode fazer com que o seu bebê fique relaxado, é oferecer o um picolé, que pode ser de:

- **Frutas:** sem açúcar, tudo bem? Utilize frutas mais docinhas e maduras para melhorar o sabor.
- **Chá de camomila:** também sem açúcar! O chá de camomila tem sido usado há anos por conta das suas propriedades calmantes e pode trazer alívio. Você pode usar a camomila sozinha fazendo uma infusão das flores e dando-o em um copinho ou congelado na forma de picolés, agindo de forma dupla, por conta do gelado que acalma as gengivas.
- **Leite materno:** Bem simples de fazer: a mãe extrai o leite, coloca em forminhas de picolé caseiras e leva ao congelador. O picolé de leite materno pode ser utilizado até duas vezes por dia e não deve substituir os horários da amamentação do seu bebê

COLAR DE ÂMBAR

O colar de âmbar é um produto popularmente indicado para o alívio da cólica, diminuição do desconforto causado pelo nascimento dos dentes e melhora do sistema imune, já que o âmbar, quando em contato com a pele do bebê, poderia liberar ácido succínico, que por sua vez teria ação anti-inflamatória e analgésica. No entanto, não existe comprovação científica dos benefícios do colar e nem do potencial anti-inflamatório e analgésico do ácido succínico.

Além da falta de comprovação científica, o colar de âmbar traz riscos para o bebê, já que alguns colares não possuem a resistência adequada, podendo facilmente romper quando o bebê puxa, o que representa um maior risco de sufocamento. Além disso, como o bebê coloca o colar muitas vezes na boca e este fica exposto ao ambiente, há também maior risco de infecção. Por esse motivo, NÃO INDICAMOS a utilização desse método para o alívio dos sintomas da erupção dos dentes de leite.

ANESTÉSICOS TIPO "NENÊ DENT"

A maioria dos géis anestésicos utilizados para esse fim apresentam na composição sacarose, álcool e lidocaína. Cada um desses ingredientes interfere na saúde bucal do bebê: a sacarose aumenta o risco da doença cárie e o álcool pode interferir no sono. Além disso, o efeito anestésico da lidocaína é temporário, fazendo com que seja necessário a reaplicação quando o efeito passa, o que aumenta o risco com altas doses. Por conta disso, recomendamos que **NÃO UTILIZEM** esses produtos para alívio dos sintomas de erupção dos dentes de leite.

AMOR / CARINHO / COLINHO E PACIÊNCIA

Por vezes, o melhor remédio pode ser um tempo junto com a mãe. Reserve um tempo para sentar-se com o seu bebê, escolha uma cadeira bem confortável, coloque uma música suave, embale-o e disfrutem de um momento tranquilo, de aconchego e conforto.



Capítulo 3

*Como cuidar dos primeiros
dentinhas*

Os cuidados com a higiene bucal do bebê despertam muitas dúvidas em papais e mães, e uma das mais comuns é sobre a escovação! Quando começar a escovar? Que tipo de escova escolher? Qual creme dental usar?

Tem bastante coisa para saber sobre esse assunto!

Antes dos dentes nascerem não precisamos limpar a boca da criança. Antigamente, era muito falado que a gente deveria limpá-la usando uma gaze ou dedeira, ou até um pano umedecido, para tirar os restinhos de leite ou fórmula. Entretanto, quando o bebê faz uso apenas de leite materno, não há necessidade de fazer essa limpeza. Alguns pesquisadores afirmam que essa prática retira a ação dos anticorpos presentes no leite materno. Por esse motivo, a higiene bucal só começa mesmo ao nascer os primeiros dentes. A Associação Brasileira de Odontologia (ABO) orienta que a escovação comece quando o primeiro dente nascer, geralmente, a partir dos 6 meses de idade.

Embora os primeiros dentinhos sejam temporários, eles precisam de cuidados. Isso porque os dentes de leite também podem sofrer com a temida cárie. Além disso, eles têm funções importantes como guiar o nascimento dos dentes permanentes e garantir o bom desenvolvimento da mastigação no início da alimentação sólida.

Nessa fase também é indicado levar o bebê a uma consulta com o Odontopediatra. Esse profissional poderá esclarecer todas as dúvidas, além de fornecer as orientações necessárias ao bom desenvolvimento da saúde bucal do bebê.

Ainda, alguns cuidados são essenciais para que os dentinhos de leite sejam mais saudáveis. Entre eles podemos destacar:





Escovar os dentes ao menos duas vezes ao dia (uma vez pela manhã e outra antes da criança dormir);



Evitar o consumo de alimentos com muito açúcar;



Utilizar produtos de higiene bucal específicos para crianças – as escovas devem ter a cabeça menor e cerdas macias, já o creme dental precisa de flúor;



Não deixar a criança dormir sem higienizar os dentes, pois isso propicia o surgimento de cárie.



Capítulo 4

*A primeira consulta
odontológica*



A partir de quando, então, devo visitar o meu dentista?

Antes de tudo, é importante que a futura mamãe consulte com o Odontopediatra ainda na fase gestacional, antes do bebê nascer, para realizar o Pré-Natal Odontológico.

O primeiro detalhe que eu gostaria de ressaltar: Pré-Natal Odontológico não diz respeito à cavidade oral do bebê, ainda no útero. Para alguns, pode parecer óbvio. Mas já foi a dúvida de uma mamãe que me procurou, perguntando se o Pré-Natal Odontológico tinha a intenção de identificar defeitos bucais do bebê ainda na barriga. Essa consulta, ainda na gestação, o profissional poderá orientar, esclarecer dúvidas, prevenir e tratar doenças ou condições bucais que possam comprometer a saúde da mãe e/ou do seu bebê.

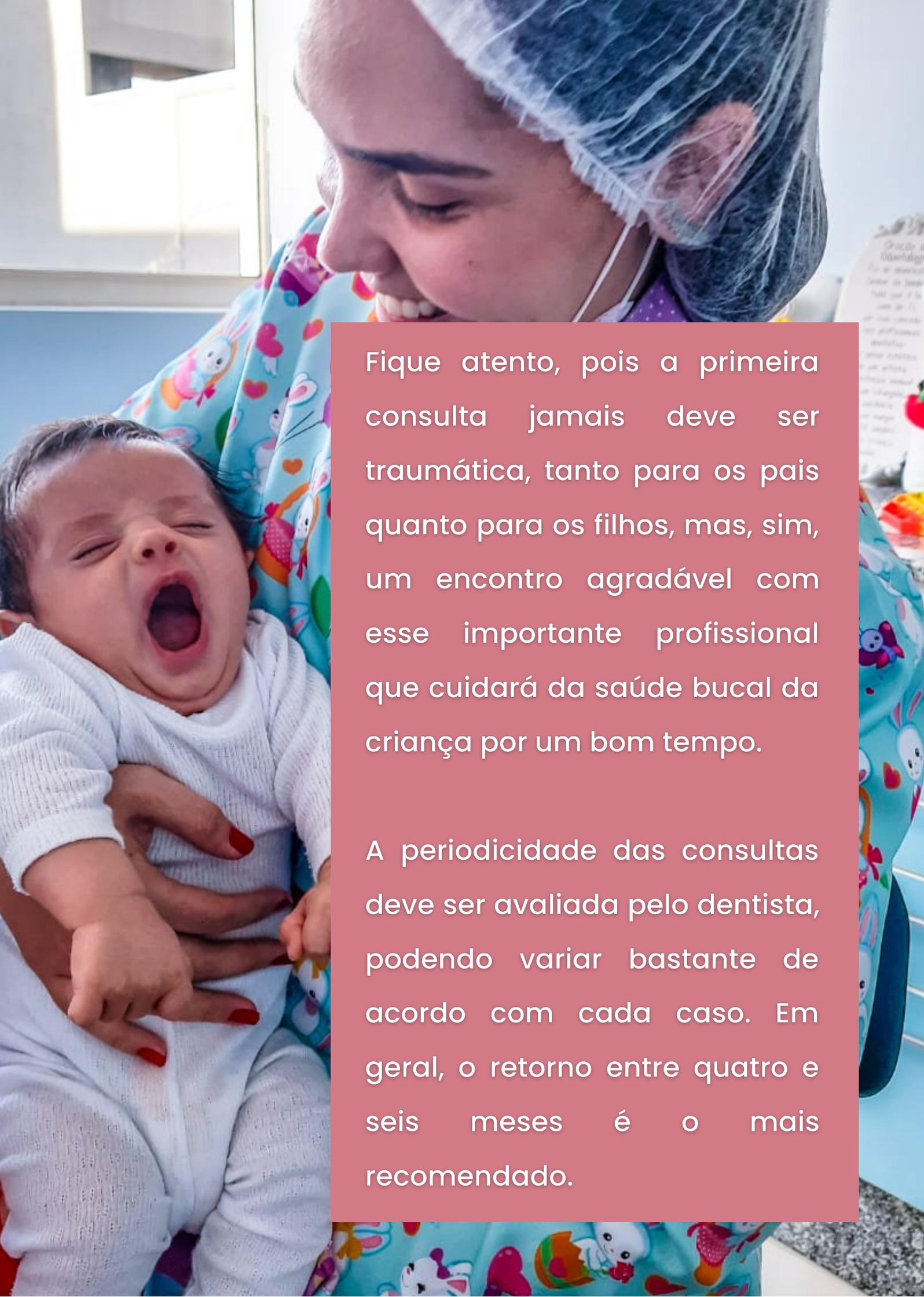
Algumas doenças bucais podem influenciar na saúde geral da gestante, por serem focos infecciosos graves e, inclusive, o fato de sentir dor pode induzir a um parto precoce ou nascimento prematuro do bebê. Além disso, a mãe receberá instruções a respeito de higienização, possíveis intercorrências, o que observar e, inclusive, orientações com relação a “pega” do bebê na amamentação e inserção da língua. Qualquer cirurgião-dentista está habilitado a diagnosticar e orientar quanto a estes detalhes e riscos, mas sem dúvida o profissional mais indicado para a condução de todo o caso seria o Odontopediatra.

Após o nascimento da criança, e antes mesmo do nascimento do primeiro dentinho, recomendamos uma visita inicial do bebê ao Odontopediatra, para avaliação do estado geral da saúde bucal, instrução quanto a higienização, rastreamento de manchas, nódulos, dentes natais ou neonatais, observar inserção lingual e outros detalhes.

O terceiro momento de suma importância é a visita após o aparecimento do primeiro dente na cavidade bucal da criança, aproximadamente aos 6 meses. Aqui, a criança já precisará ter acompanhamento mais preciso com relação a escovação e receber instruções a respeito, inclusive, da pasta dental e quantidade de produto a ser utilizada.

Porém, se seu filho já passou dessas três fases, nunca é tarde para realizar a primeira visita, e a recomendação é que ela seja feita o quanto antes. A primeira ida ao dentista é uma consulta tão importante quanto as futuras visitas que serão feitas a esse profissional da saúde durante o crescimento da criança.

A primeira consulta também é uma ótima oportunidade para ambientar a criança no consultório do dentista, além de ela se familiarizar com o profissional e começar a se sentir confortável e segura na avaliação.



Fique atento, pois a primeira consulta jamais deve ser traumática, tanto para os pais quanto para os filhos, mas, sim, um encontro agradável com esse importante profissional que cuidará da saúde bucal da criança por um bom tempo.

A periodicidade das consultas deve ser avaliada pelo dentista, podendo variar bastante de acordo com cada caso. Em geral, o retorno entre quatro e seis meses é o mais recomendado.



Capítulo 5

*Qual a pasta e escova de dentes
adequadas?*

Qual a escova de dente ideal para o bebê?

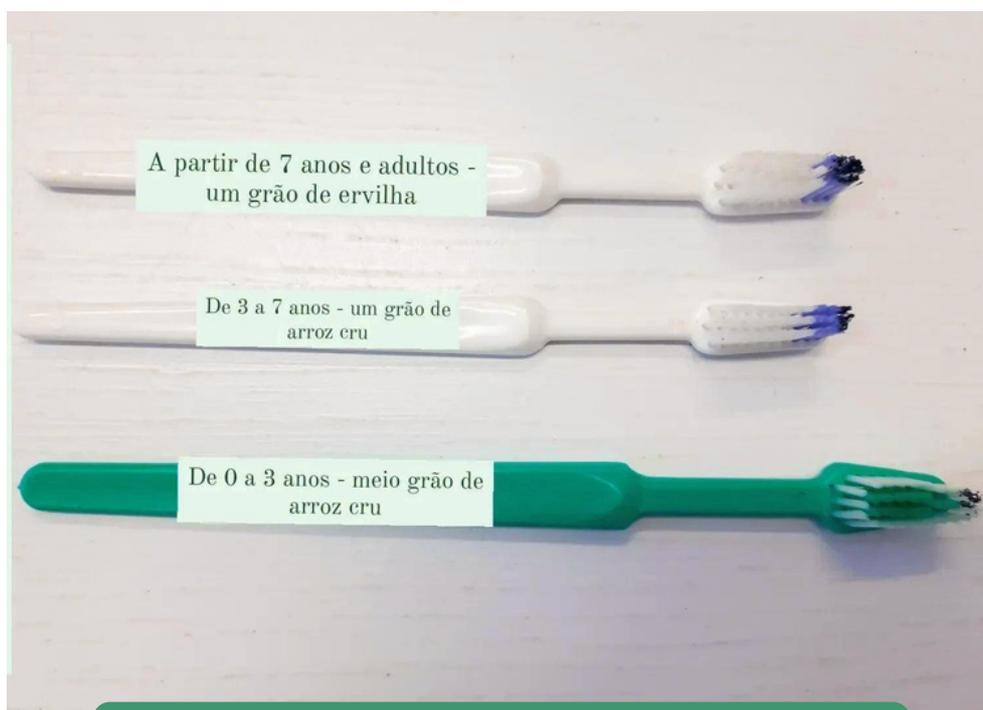
As gengivas e os dentes dos pequenos são muito delicados. Por isso, para escovar os dentes é preciso ter uma escova adequada para a idade dele – geralmente está indicado no rótulo (0-24 meses; 2-5 anos; 5-7 anos; e a partir de 7 anos – variando de acordo com o fabricante).

Escolha uma escova com cerdas macias, uma cabeça pequena, que ajuda a acessar os lugares mais difíceis da boca, e um cabo longo. É importante trocar a escova pelo menos a cada três meses, ou com mais frequência se as cerdas estiverem gastas.

Pasta de dente: pode usar ou não?

O uso do creme dental também deve ter início assim que nascer o primeiro dentinho, e a recomendação é conversar com o Odontopediatra para que ele indique a melhor opção para cada faixa etária.

A recomendação geral é que a quantidade de flúor na pasta deve ser igual ou superior a 1000ppm de flúor, no entanto, é preciso ter atenção à quantidade de pasta, pois caso seja colocada muita pasta na escova, o bebê pode engolir. Para crianças até 2 anos, a quantidade deve ser equivalente a meio grão de arroz cru. De 2 a 5 anos, do tamanho de um grão de arroz cru e para crianças maiores de 6 anos, do tamanho de um grão de ervilha.



QUANTIDADE DE CREME DENTAL NA ESCOVA

E o fio dental, precisa usar?

Embora a escovação seja o ponto central da rotina dental diária de seu filho, o fio dental é muito importante. Passar o fio dental ajuda a remover as partículas de comida e a placa que se acumulam entre os dentes e a linha da gengiva, onde a escova normalmente não alcança.

Esse hábito deve ser incorporado ao cuidado dental de rotina do seu filho deve começar logo que os dentes estiverem em contato entre si. Apesar de as crianças serem capazes de aprender a usar o fio dental bem pequenas, antes dos seis anos de idade, essa prática não pode ser feita sem a supervisão de um adulto. É importante que o adulto faça a higiene da criança e ao mesmo tempo estimule o hábito. Assim, ela vai se sentir motivada a treinar a coordenação motora para conseguir passar corretamente.



Como escovar?

A escovação dos dentes do bebê deve ser feita por um adulto até ele atingir a idade de seis anos, sendo indicado que a cabeça da criança fique apoiada, pois assim é possível garantir o conforto durante a escovação. Além disso, o adulto, com uma das mãos, deve afastar os lábios e bochechas, pois assim é possível ter melhor visualização da boca.

Primeiramente escove todas as superfícies dos dentes voltadas para a bochecha. As cerdas da escova devem estar em um ângulo de 45 graus em relação à gengiva e você deve realizar movimentos circulares. Depois escove a superfície de mastigação dos dentes, com movimentos para frente e para trás. Em seguida, as superfícies voltadas para a língua e céu da boca, com movimentos de varredura. Por fim, escove a língua.



Capítulo 6

“Meu filho chora e se joga para trás na hora de escovar os dentes” – O que fazer?

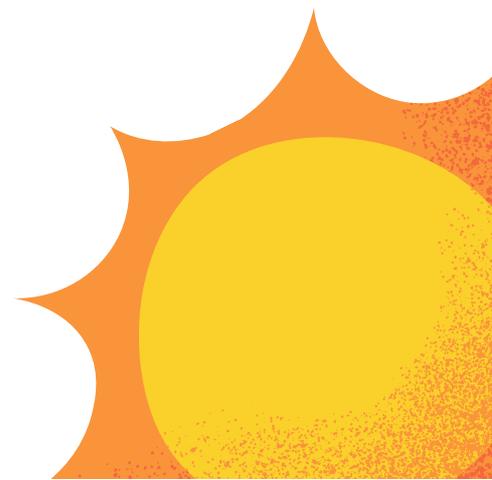
É muito comum os pais relatarem que o filho chora muito para escovar os dentes. E todas as vezes que vão escovar é uma verdadeira “luta”. E para os bebês, é ainda mais difícil, pois a cavidade bucal tem um papel muito importante. É por ela que eles se alimentam, mamam, sentem o conforto, expressam seus sentimentos ao chorar, gritar e falar. Eles realmente se sentem incomodados quando alguém (mesmo que os pais) tentam mexer em suas bocas.

Mas também sabemos que a partir do momento em que os dentes de leite irrompem na cavidade bucal, já ocorre o risco de apresentar doença cárie. Essa doença é diretamente ligada à dieta e higiene bucal. Portanto, se não escovarmos todos os dias, pelo menos duas vezes ao dia com pasta de dente fluoretada desde o irrompimento do primeiro dente de leite, ainda no bebê, corremos da criança apresentar a doença. E como sempre digo: não queremos que nossos filhos, em momento algum da vida, apresentem lesões de cárie e sofram com as consequências da doença. É nosso papel prevenir isso.

Qual a solução? Continuar escovando, insistindo, mesmo que com muito esforço e choro. Uma hora a criança irá se acostumar com isso. E quanto antes virar uma rotina, logo ela entenderá que aquilo é necessário. E aos poucos vai permitindo melhor a higienização. É melhor a criança chorar em casa para escovar os dentes com a ajuda dos pais, do que chorar na cadeira do dentista para tratar lesões de cárie, que trazem um prejuízo extenso à criança.

A escovação faz parte da higiene assim como tomar banho e cortar as unhas. Para chegar lá é necessário **PACIÊNCIA!** Cada criança tem sua particularidade, então: criatividade!

O primeiro passo é o **EXEMPLO!** Nada ensina mais do que o exemplo. Mostre para seu filho que você escova os dentes. Segundo, crie uma rotina com ele: todos os dias, pela manhã ao acordar é hora de escovar os dentes, após as refeições e antes de dormir. A criança vai se habituar a essa rotina. Com 2-3 anos a criança quer escovar sozinha, mas acaba mais brincando, então é importante você respeitar a liberdade dela, mas faça uma faxina em seguida. Em geral, apenas aos 7 anos ela terá a destreza necessária para conseguir fazer sozinha, mas sempre com supervisão de um adulto.



E sempre o estimule! Conte histórias, invente musiquinhas, leia um livro com ele sobre escovação, escove os dentes do brinquedo favorito, escolha a escova e o creme dental do personagem favorito e o irmão mais velho também pode ajudar a incentivar escovando também. Desperte a curiosidade e vontade da criança em realizar esse momento, de forma divertida.

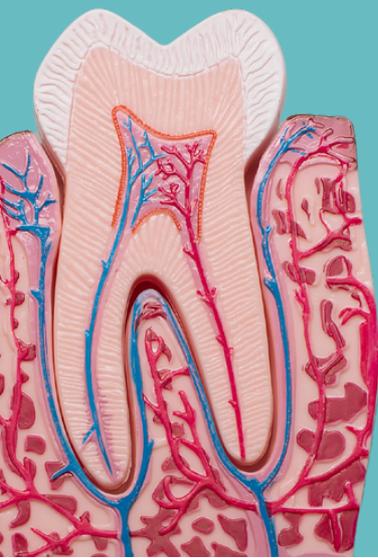




Capítulo 7

*O que é cárie e alimentos
cariogênicos?*

A cárie é uma doença que se desenvolve em razão de uma película que contém restos alimentares e bactérias que causam danos aos dentes. Inicialmente ela se manifesta como uma mancha branca na superfície (esmalte) e, quando não tratada, forma-se uma cavidade que se estende progressivamente, podendo chegar à parte sensível do dente (polpa), causando dor e até a sua perda precoce.



MESMO QUE OS PAIS NÃO NOTEM A LESÃO, A DOENÇA CÁRIE PODE ESTAR ATIVA E PROGREDINDO!



Quando detectada nos estágios iniciais, é possível realizar um tratamento mais simples e com menos custo. Nos estágios mais avançados, intervenções mais invasivas, como restaurações e tratamento de canal, são necessárias para eliminar a dor e manter o dente na boca cumprindo sua função. Entretanto, se ocorre demora em realizar o tratamento, pode ser necessário remover o dente antes de acontecer a sua troca natural.

Por isso é importante levar a criança ao Odontopediatra com frequência, para que o diagnóstico seja feito ainda nas fases iniciais da doença.

Alguns alimentos são mais responsáveis que outros para o desenvolvimento da cárie dental por serem ricos em carboidratos fermentáveis e são chamados de alimentos cariogênicos. São eles:

- Pães e massas feitos com farinha branca;
- Bolos;
- Biscoitos;
- Salgadinhos;
- Bebidas açucaradas, como refrigerantes, achocolatados, sucos de frutas industrializados com açúcar, leite fermentado;
- Doces em geral, como balas, chocolates, chicletes, doces confeitados;
- Mel.

Além disso, doces com consistência pegajosa ou aderente (como balas e doces cristalizados) têm ainda mais potencial de causar lesões de cárie. Sempre que alimentos cariogênicos forem consumidos, deve-se realizar em seguida a escovação adequada dos dentes, além de passar o fio dental.





Capítulo 8

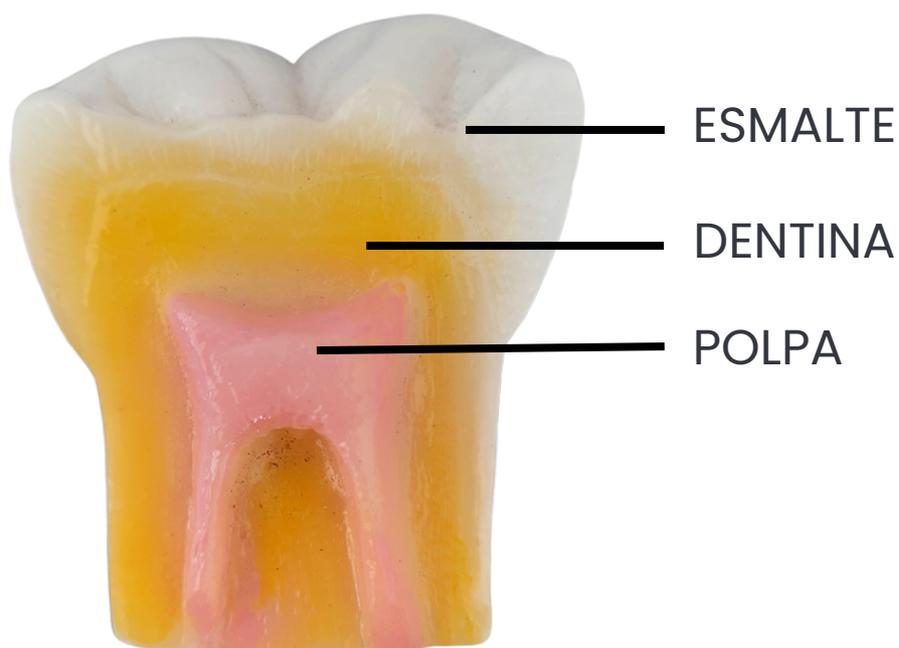
“E se meu filho precisar fazer canal?”

Para ajudar este assunto a ficar bem esclarecido, vou colocar aqui 5 conceitos que vão ajudar os pais a compreenderem como isso acontece:

1. QUAIS AS PARTES DO DENTE DE LEITE?

O dente de leite, semelhante ao permanente, apresenta de fora para dentro três camadas principais:

- O esmalte (a parte branca e visível para nós);
- A dentina (é amarela e fica logo abaixo do esmalte);
- E o canal (chamada de polpa pelos dentistas, é a parte mais interna do dente e apresenta vasos sanguíneos e nervos, entre outras estruturas).



2. MAS PARA QUE TRATAR DO DENTE DE LEITE, SE ELE NEM TEM RAIZ?

O dente de leite tem raiz. É ela que o firma no osso. À medida que o dente permanente vai se formando, logo abaixo dele, lá dentro do osso, a raiz vai ficando mais curta pela ação de células que favorecem a sua reabsorção. É por isso que o dente de leite que a “fada” leva apresenta-se sem raiz.

3. SÃO DOIS OS MOTIVOS PRINCIPAIS PELOS QUAIS ALGUNS DENTES DE LEITE TÊM QUE SER TRATADOS DE CANAL:

- Cárie: quando a lesão de cárie já atravessou o esmalte, a dentina e atingiu o canal;
- Traumatismo: em caso de quedas ou pancadas, em que o dente quebra total ou parcialmente, ou simplesmente rompe os vasos sanguíneos e nervos do canal, podendo assim prejudicar o permanente em formação.

4. QUAL A CONSEQUÊNCIA DE NÃO TRATAR O CANAL?

O dente que tenha indicação de tratamento de canal, poderá vir a apresentar dor, abscesso, infecção e prejudicar a formação do permanente, se não forem tomadas as devidas providências. A sua extração precoce, especialmente em caso de dentes do fundo, poderá levar à necessidade de aparelho ortodôntico, pois o permanente que ainda vai nascer não encontrará o devido espaço reservado.

5. MAS COMO É O TRATAMENTO DE CANAL PARA A CRIANÇA? ELA DÁ CONTA? SE PARA O ADULTO JÁ É TÃO DIFÍCIL...

Em geral, é um tratamento de sessão mais curta do que a do adulto. E o material de obturação é específico para dente de leite, pois terá que ser reabsorvido pelo organismo na época da troca de dentes.



Capítulo 9

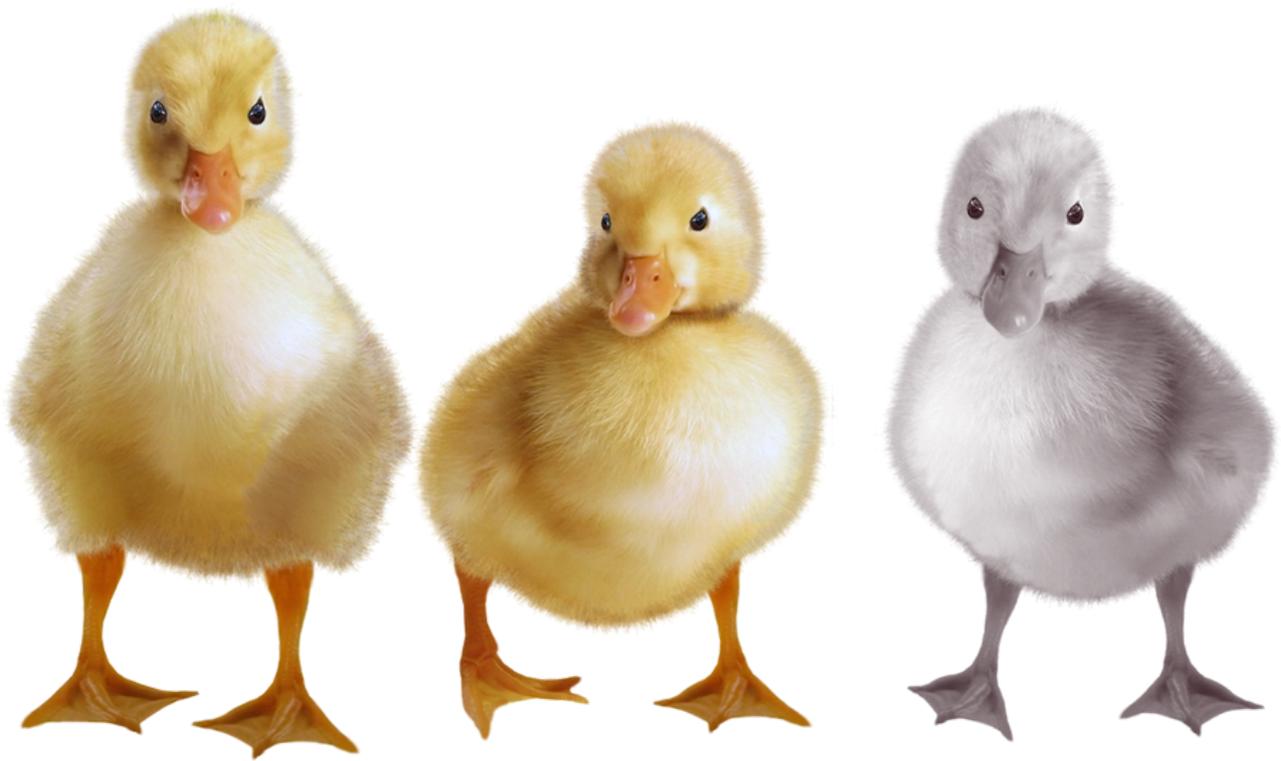
*Queda dos primeiros dentes
de leite*

As crianças começam a trocar os dentes de leite por volta dos 5 e 6 anos, e é um momento especial para elas. Para evitar machucados ou traumas, é recomendado que deixe o dente cair naturalmente, sem forçar. A troca deve ser tratada de forma natural, para deixar a criança a vontade e sem medo.

A substituição dos dentes de leite pelos permanentes acontece, geralmente, em duas fases distintas. No primeiro período, que geralmente ocorre por volta dos 5 aos 8 anos, os incisivos superiores e inferiores são trocados e os primeiros molares permanentes erupcionam na cavidade bucal, lá atrás do último dente de leite.

Eles nascem sem induzir nenhuma troca de dente de leite, por isso e por serem localizados bem posteriormente na arcada acabam passando despercebido pelos pais, que muitas vezes não sabem se é um dente de leite ou permanente. Este dente possui uma anatomia diferente, é um dente grande com vários "sulcos" que facilitam o acúmulo de biofilme dental, o que é muito favorável para o estabelecimento da DOENÇA CÁRIE. Por isso ATENÇÃO na higienização oral que deve ser redobrada a partir da erupção desse elemento dental.

Em seguida, por volta dos 8 aos 10 anos ocorre um período de pausa, onde clinicamente não ocorre nenhuma mudança na troca dentária. Finalmente, a partir dos 10 até por volta dos 12 anos ocorre o segundo período, em que os caninos, os primeiros molares e os segundos molares de leite são substituídos pelos seus sucessores permanentes.



O QUE É A FASE DO "PATINHO FEIO"? Essa fase ocorre por volta dos 08 aos 10 anos da criança, no período de troca dentária. Ela tem esse nome devido à aparência dos incisivos superiores, que em sua maioria, pelos tamanhos maiores, nascem desajeitados, fora de posição, e, por isso podem causar certa preocupação aos pais em relação à estética do sorriso. Embora seja considerada uma fase "não estética" ela é fisiológica, ou seja, natural e transitória! Na maioria das crianças tudo se resolve de maneira natural por volta dos 12 anos, com a erupção dos caninos superiores e com o desenvolvimento ósseo facial das crianças, em que os incisivos centrais e laterais tomam seus posicionamentos corretos nas arcadas, fechando os espaços.



Capítulo 10

Medo de dentista

Ter medo de ir ao dentista na infância é algo extremamente comum, mas um sério problema. Por conta do medo, muitas pessoas acabam com problemas odontológicos sérios que poderiam ser facilmente evitados.

As consultas iniciais, em geral, são destinadas à orientação dos pais e preparação psicológica da criança. Essa preparação é essencial e faz toda a diferença para a relação da criança com o dentista e com a sua saúde bucal pelo resto de sua vida. Isto porque quando a criança é acostumada desde cedo com o acompanhamento odontológico, ela reage às intervenções clínicas necessárias no futuro com muito mais tranquilidade e sem medo. Por outro lado, o que frequentemente acontece é que os pais deixam para levar os filhos ao dentista quando estão maiores e já com problemas bucais. Nesses casos, o risco de uma relação traumática é grande quando, na primeira vez, a criança já chega ao consultório com dor e tem que sentir dor ou desconforto para realizar o tratamento.

Medo de dentista passa de pai para filho?

SIM!! Sem perceber, os pais podem passar traumas que carregam durante a vida para seus filhos, quase como uma herança. Isso acontece também com a consulta no dentista. Como adultos, não estamos imunes a medos e inseguranças e se pararmos para refletir, muito dos nossos temores são frutos de vivências da nossa infância, não é mesmo?

Como pais e mães, precisamos ter muito cuidado para que os nossos traumas não sejam refletidos na vida dos nossos filhos. É preciso ter em mente que a experiência que os adultos passaram na infância em uma cadeira de dentista pode não ser mais realidade hoje em dia. Isso porque os consultórios e procedimentos passaram por muitos processos de modernização para garantir mais conforto para o paciente. Mas o que eu posso fazer diante de uma situação que os nossos filhos vão enfrentar e que nos gera medo?

- Explique a criança o que irá acontecer, olhando nos olhos dela.
- Fale que está tudo bem se ela sentir medo, mas que você estará ao lado dela.
- Tente estar calmo, e não transmitir sua insegurança e ansiedade para a criança.
- Assim que ela enfrentar a situação, parabeneze-a e incentive ela a sempre ter coragem.

Dicas do que fazer e como agir para que os pequenos encarem a visita no dentista com um sorriso no rosto:

1.Quanto antes, melhor: A primeira consulta ao dentista deve ser feita até no máximo 1 ano de idade.

2.Faça uma consulta de mentirinha: Brincar é essencial para o desenvolvimento cognitivo, mental e social das crianças, além de ser superdivertido, que é o que realmente importa para elas. Os pais podem entrar nessa onda e fazer uma consulta de brincadeira ao dentista.

3. Contra o medo, a prevenção: Crianças que nunca precisaram fazer uma restauração ou tratar um canal não têm medo de dentista. Para elas, é ele quem cuida dos dentes para não precisarem de tratamento, o que evita a necessidade do 'motorzinho'. Aí entra a responsabilidade dos pais de, além de levarem os filhos ao dentista periodicamente e desde cedo, manter a higienização adequada dos dentinhos de leite.

4. Cuidado com as palavras: Pode ser que os pais usem palavras que assustem as crianças, mesmo que não façam isso por mal. Motorzinho, anestesia, sangue, agulha e cárie são termos naturais para os adultos, mas que os pequenos não sabem o que é e podem reagir negativamente. Para ajudar e já entrar no ritmo, vale a pena que os pais digam às crianças que o dentista procurará por "bichinhos do açúcar" para deixar os dentes limpos, fortes e saudáveis.

Não diga que não vai doer, ou que o “dentista irá arrancar o seu dente se ele não se comportar”, por exemplo. Com a dose certa de lúdico, a experiência será bem melhor.

5. Procure sempre um Odontopediatra: Assim como o profissional indicado para cuidar da saúde das crianças é o pediatra, o mesmo se aplica à saúde dos dentes. Procurar por um Odontopediatra pode ajudar a deixar este momento o mais tranquilo possível. Tudo é pensado para um atendimento especial aos pequenos, desde as pinturas na parede até os bonecos e brinquedos no ambiente, o uniforme dos dentistas e os acessórios utilizados. Ao se deparar com um ambiente familiar e agradável, a criança ficará bem mais calma e alegre, o que ajuda a mandar o medo e o nervosismo embora.

Esse E-book foi escrito com muito carinho no intuito de tornar um Mãe Prevenida no cuidado com a saúde bucal do seu filho.

Conte comigo.



@drasraviegas

