

## A importância e os cuidados com os dentes de leite

Março de 2017

Flávia Cunha de Oliveira  
Odontopediatra e ex-professora da Beacon School  
Atualmente é professora na Austrália



Os dentes de leite têm papel fundamental na manutenção da saúde física e emocional das crianças. Eles permitem uma mastigação adequada dos alimentos e, como consequência disso, a sua digestão. Além disso, mantêm a arcada dentária com formato e tamanho desejáveis durante toda a sua troca, servindo também de guias para os dentes permanentes. Os dentes de leite também têm a função de manter a língua e os músculos relacionados à deglutição em seu devido lugar. E, não se pode menosprezar a importância estética dos dentes de leite nessa fase das conquistas sociais na vida da criança. Como, então, cuidar desses dentes tão importantes?

Desde bebês, a amamentação e a introdução progressiva de alimentos com consistência mais firme irão auxiliar o crescimento adequado de ossos e músculos relacionados à função oral e, assim, permitir a harmonia das arcadas para a erupção dos primeiros dentinhos. Assim que o processo se inicia, a limpeza deve ser feita com água filtrada e escova de dentes (ou “dedeira”) apropriada para bebês (em geral o silicone). O creme dental sem flúor pode também ser introduzido, sempre em quantidade muito pequena, apenas “sujando-se” as pontas das cerdas da escova.

A partir dos três anos, escova de dentes macia e creme dental com quantidade de flúor adequada para cada faixa etária devem ser introduzidos. A quantidade de creme dental na escova pode ser aumentada para o tamanho de uma ervilha, com o cuidado de evitar a ingestão excessiva. A criança pode e deve iniciar a sua escovação – para o desenvolvimento de sua autonomia e de aquisição de hábitos de higiene saudáveis. Entretanto, até em torno dos oito anos de idade, o desenvolvimento da coordenação motora não permite a escovação adequada e, portanto, cabe a um adulto finalizar o processo. A escovação deve ser realizada após as refeições principais, especialmente o jantar, já que enquanto dormimos a produção de saliva, que auxilia na limpeza, diminui consideravelmente.

E o que fazer, então, no caso das mamadeiras noturnas ou das crianças que adormecem mamando? O leite sem a adição de açúcar ou achocolatado pode simplesmente desencadear a cárie; ele contém a lactose que, apesar de natural, deve ser removida dos dentes. Enquanto houver o hábito da amamentação noturna sugerimos enrolar uma fralda de pano ou gaze no dedo indicador, molhá-la em água filtrada e realizar a limpeza dos dentes e da cavidade bucal, mesmo se a criança já estiver adormecida.

Vale lembrar que a combinação do açúcar e da placa bacteriana (película formada nos dentes quando a limpeza adequada não é realizada) é a principal causadora da cárie, da gengivite e do mau hálito. Uma criança com dor e/ou sorriso comprometido, é uma criança frequentemente entristecida e que, inclusive, pode passar a ter dificuldade em se relacionar. Portanto, ao cuidar da alimentação e da limpeza dos dentes de nossos filhos, estaremos contribuindo para garantir seu bem-estar físico e mental.

Rua Berlioz, 245  
Alto de Pinheiros  
São Paulo • 05467-000  
11 3021 2273

Av. Pde Pereira de Andrade,  
645, 491 e 717  
Alto de Pinheiros  
São Paulo • 05469-000  
11 3021 2700  
11 2528 7264  
11 3201 8285

[www.beaconschool.com.br](http://www.beaconschool.com.br)