

A SAÚDE ORAL DO SEU BEBÉ

A Amamentação

Durante a amamentação, a criança movimenta os músculos da face favorecendo a respiração nasal e ajudando na prevenção de problemas de posicionamento incorrecto dos dentes. O bebé deve mamar em ambos os seios, desenvolvendo assim os músculos igualmente de ambos os lados da face, evitando no futuro, problemas dentários e o uso de aparelhos ortodônticos. Quando o bebé parar de mamar retire-o do peito.



O Biberão

O ideal é tentar reproduzir ao máximo a amamentação no seio, mesmo não sendo a mãe a dar o biberão. Na posição de amamentação, o bebé fica ligeiramente sentado, impedindo que o leite vá para as fossas nasais e para o canal do ouvido - causa de otites, permitindo uma adequada sucção / deglutição

A Chupeta

É muito importante oferecer a chupeta aos bebés prematuros para fortalecimento dos músculos orais o que permitirá uma adequada amamentação. Se o bebé colocar o dedo na boca, devemos imediatamente trocá-lo pela chupeta (é mais fácil tirar a chupeta que o dedo mais tarde).

Deve-se retirá-la entre os 2-3 anos de idade, porque aí o bebé já passou o período das primeiras descobertas do mundo e sente-se mais tranquilo e seguro.

A Higiene Oral

A higiene, enquanto não existem dentes, deve ser feita todos os dias, após a amamentação, com uma gaze embebida em água morna em volta do dedo e, com movimentos rotativos, limpar os lábios e a boca, passando pela gengiva e língua. Com o aparecimento dos primeiros dentes, a higiene deve ser feita com escova dental - trocar a cada três meses - que deve ser macia e ter a cabeça pequena.

Para os bebês que vomitam com muita frequência, a higienização deve ser mais rigorosa pois o risco de cárie é superior.

Hábitos que não se devem instalar

Os defeitos relativos à forma, ao tamanho ou à disposição dos dentes podem ser um problema estético mas também podem interferir com a mastigação e a fonética e levar aparecimento de cáries e problemas gengivais. Convém, portanto, detectá-los o mais cedo possível e corrigi-los antes de se ter concluído o desenvolvimento dos ossos maxilares. É frequente que um problema dentário se deva à persistência de certos maus hábitos adquiridos durante a infância.

- Evite que o bebê chupe no dedo.
- Evite que durma com as mãos sob a cabeça, deitando-o no berço sempre para o mesmo lado.
- Não deixe usar o biberão como chupeta, nem o deixe com o biberão na mão a passear pela casa.
- Evite que morda os lábios e bochechas, bem como roer as unhas
- Não deixe o bebê andar com pacotes de bolachas, rebuçados, salgadinhos, etc.

A prevenção das doenças orais não se limita exclusivamente a evitar as cáries, mas também, os problemas gengivais, musculares, faciais, de fala, ortodônticos e estéticos. Muitos dos tratamentos caros e demorados durante a adolescência poderiam ser evitados apenas com medidas preventivas na 1ª infância.