

# ESCOVA, PASTA DE DENTE E QUANTIDADE DE PASTA

check list



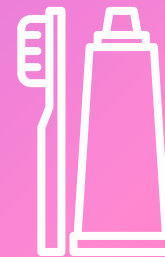
como escolher a maneira  
correta?

@fouspcaps

Anna Beatriz Romero Aranha; Enzo Zampelli Carvalho Fernandez; Felipe Serafim Zingra



# ESCOVA DE DENTE



- escova de dentes macia - ou média para adolescentes e adultos

- crianças até 3 anos:  
cabeça pequena > escovação deve ser feita pelos responsáveis

- crianças de 3 a 8 anos:  
cabeça média > escovação deve ser supervisionada

- adolescentes e adultos:  
cabeça média é a mais indicada;  
escolha de escova manual ou elétrica  
(consultar recomendação de profissional)



# © *PAPEL DO FLÚOR*

- a indicação do flúor no creme dental é feita para TODAS as idades.

- o uso do flúor é benéfico para dentes de leite e dentes permanentes

- a pasta de dente com flúor é muito importante para a prevenção de placa bacteriana e cárie





# QUANTO DE PASTA?

- crianças até 3 anos: tamanho de um grão de arroz
- a partir de 3 anos até a fase adulta: tamanho de um grão de ervilha
- CUIDADO: as propagandas mostram uma quantidade excessiva do uso de creme dental!







- É muito importante que os responsáveis acompanhem a escovação das crianças para que ela seja feita de maneira correta!



Fernanda Campos de Almeida Carreir  
Maria Ercília de Araújo  
Maristela Honório Cayetano  
Alexandre Lazzari Konflanz

Amanda Iida Giraldes  
Giulia Vaz da Silva  
Maryana Carmello da Costa  
Nicole Pischel  
Rebeca Cardoso Pedra

**AGORA QUE VOCÊ SABE DESSAS  
DICAS, USE E COMPARTILHE!**

**POR UM SORRISO MELHOR PARA  
TODOS!**

