

MISSÃO DENTE DE LEITE

SAUDÁVEL!



Grupo de Trabalho Saúde Oral (Gestão 2025-2028)

Sociedade Brasileira de Pediatria, SBP.

Coordenadora: Dóris Rocha Ruiz

Membros: Luciana Rodrigues Silva, Lúcia Coutinho, Sônia Groisman, Rita de Cássia Silveira.

Revisor: Dirceu Solé.

R934 Ruiz, Dóris Rocha.

Missão dente de leite saudável / Dóris Rocha Ruiz; Inês Quintanilha McGee (ilust.); Grupo de Trabalho de Saúde Oral da Sociedade Brasileira de Pediatria; Dirceu Solé (rev.). - Rio de Janeiro: SBP, 2026.

43 p.: il.; recurso digital.

ISBN: 978-85-88520-73-8

1. Higiene bucal – Literatura infantil. 2. Saúde bucal infantil – Literatura infantil. 3. Dentes deciduos – Literatura infantil. I. McGee, Inês Quintanilha, il. II. Sociedade Brasileira de Pediatria. III. Título.

SBP/RJ

CDD: 028.5

Ficha catalográfica elaborada pela bibliotecária Bruna Brasil Seixas Bruno (CRB-7/7005) e revisada pela bibliotecária Lorrane de Souza Saluzi Albuquerque (CRB-7/7298).



Sociedade Brasileira de Pediatria

Rua Santa Clara, 292 - Rio de Janeiro / RJ

CEP 22041-012 - Fone: (21) 2548-1999

Website: www.sbp.com.br

Cada sorriso saudável começa com bons hábitos aprendidos na infância. Que este livro inspire crianças e famílias a descobrir, de forma leve e divertida, a importância do cuidado com os dentes desde os primeiros anos de vida.

Boa leitura!

Dr. Edson Liberal

Presidente da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP)

Gestão 2025 - 2028

Dicas da dentista

- Utilizar pasta de dentes com flúor.
- Bebês até 2 anos de idade: não oferecer alimentos e bebidas que contenham açúcares adicionados.
- Crianças devem consumir alimentos e bebidas saudáveis evitando o consumo de doces.
- Consultar o odontopediatra regularmente.
- Sorrir com alegria e saúde!



Esta na hora de dormir...
Vamos escovar os dentinhos! !

- —Estamos indo — responderam ao mesmo tempo as crianças.
- Posso escovar primeiro e mostrar ao meu irmaozinho o que aprendi com a odontopediatra?
- Claro, filha! Vamos todos ao banheiro!
- 1, 2, 3 e já... Vamos ver quem chega primeiro — respondeu o irmãozinho!

Cheguei primeiro; avisou Maria, a filha mais velha! Que foi logo se posicionando na frente do espelho e perguntando:

-Vamos verificar nosso kit de higiene oral, temos:

- Fio dental? – SIM! Responderam em unísono.

- Escova de dentes? - SIMM! Respondeu Maria.

- Pasta de dentes? - SIMMM! – respondeu Miguel, ainda mais animado.



- A minha dentista me disse que cuidar da nossa boca é cuidar da saúde do nosso corpo! Todos precisam ter uma boca saudável para comer, beber, falar, beijar, sentir sabores, soprar, gritar, cantar, fazer careta, brincar, dar risadas, sorrir e muito mais!

- Parabéns! Está corretíssimo, Maria! Por isso, temos que escovar os dentes os dias após o café da manhã, após o almoço e antes de dormir. - Explicou à mamãe que estava com as crianças.

- Vamos agora limpar: dentes, gengiva e língua!



Primeiro, o fio dental. Abre a caixinha e puxa cuidadosamente o fio.

Passa o fio entre os dentes e começa a tirar toda a sujeira grudada entre eles.

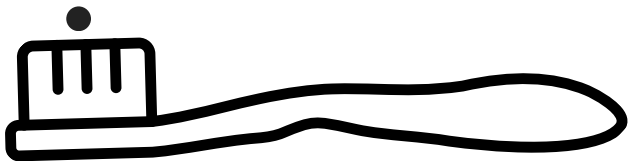
O fio dental tem de ABRAÇAR cada um dos dentes, sem esquecer nenhum.



Chegou a vez da escova e da pasta.

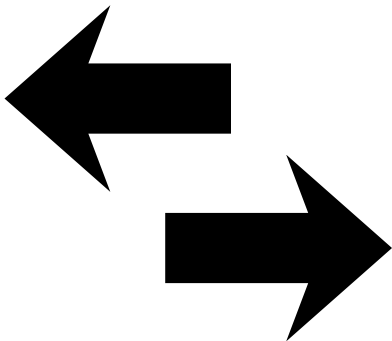
Coloca uma pequena quantidade de pasta, do tamanho de uma ERVILHA, para a filha maior.

É do tamanho de um grão de ARROZ para o filho menor.



Abre bem a boca e começa a limpar os dentes,
do fundo, de cima, começando por um lado.

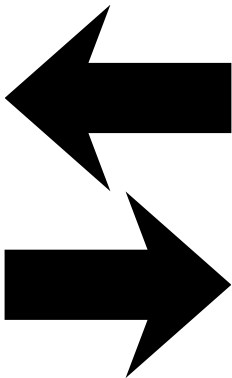
**Fazendo
vai e vem**





Do mesmo jeito do outro lado.

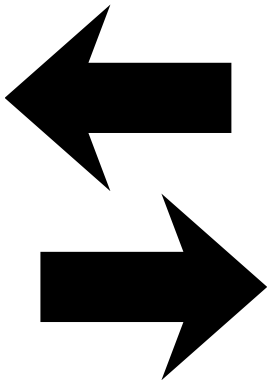
Vai e vem.





Agora nos dentes de baixo, começando de um lado.

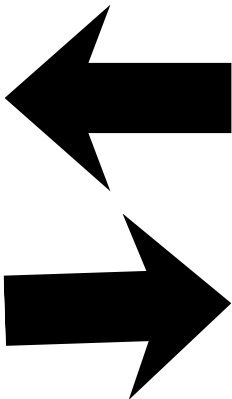
Vai e vem.





Do mesmo jeito do outro lado.

Vai e Vem.





Sorri, juntando os dentes de baixo com os de cima.

PARA



Escova e faz bolinhas, começando pelo cantinho da boca.



Vai para o meio.



Termina na outra ponta até a escova sair tonta
de tantas bolinhas.



Espera que ainda tem mais.

Abre a boca.

Nos dentes de cima, a escova do lado de dentro de todos os dentes, como se fosse uma vassourinha, passa sempre da gengiva para o dente,

DEVAGARINHO.



Agora nos dentes de baixo, escova o lado de dentro de todos os dentes, limpando sempre da gengiva para o dente,

delicadamente...

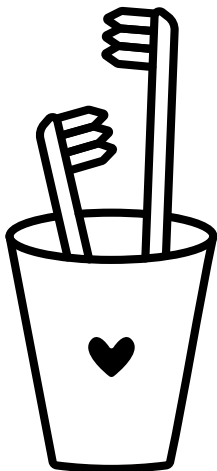


Coloca a língua para fora e escova cuidadosamente.



Cospe tudo na pia e não se esqueça de cuidar bem da sua escova de dentes.

Lavar e sacudir bem a escova antes de guardá-la.





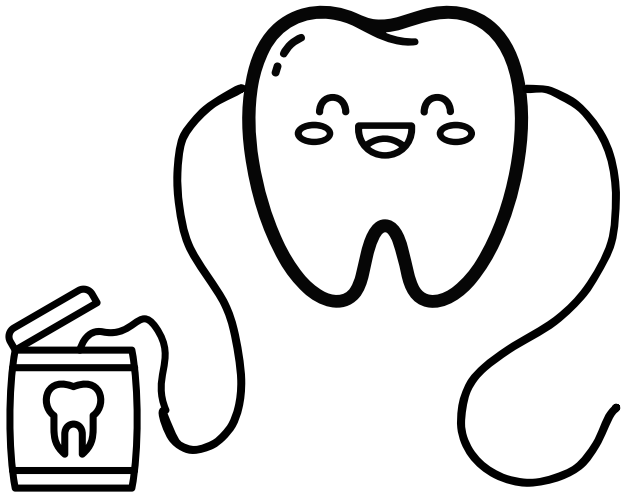
**Mostre seu sorriso para
todo mundo!**



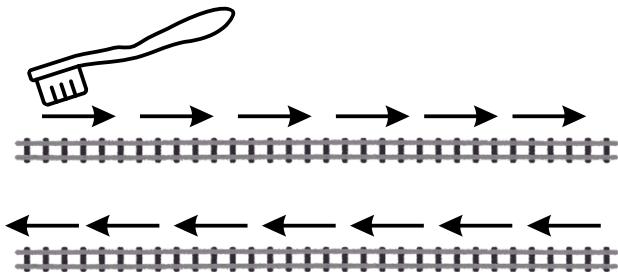
Vamos juntos ajudar o irmãozinho menor a fazer a higiene oral.



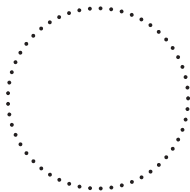
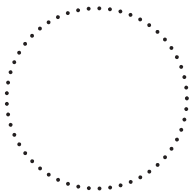
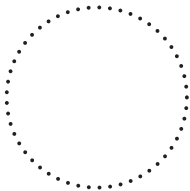
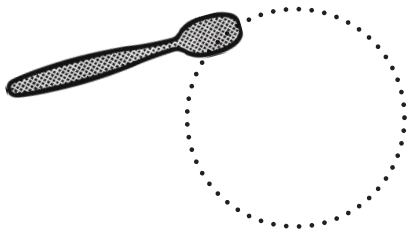
Usando os dedinhos, siga a trilha que o fio dental e a escova de dentes tem de fazer na boca. E mostre como voce ja esta craque nisso!



Fazendo vai-vem, vai-vem e vai-vem : um trilho que passa dedinho: como se fosse um trem:

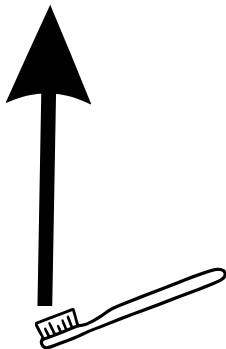
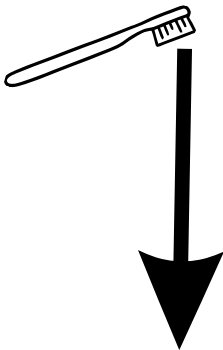


Fazendo bolinhas.



Fazendo vassourinha.

Nos dentes de cima a vassoura vai descendo.



Nos dentes de baixo a vassoura vai subindo.





sociedade
brasileira
de pediatria

Complete a boca das crianças com todos os

DENTES DE LEITE.



São 10 dentes superiores e 10 inferiores.

As autoras desenvolveram voluntariamente este livro com grande alegria e o propósito de promover sorrisos saudáveis desde a infância, incentivando o cuidado com os dentes de leite.

Projeto de distribuição gratuita.



Produção autoral:
Dra. Dóris Rocha Ruiz e
Inês Quintanilha McGee

Grupo de Trabalho Saúde Oral (Gestão 2025-2028)
Sociedade Brasileira de Pediatria

