



“Faça uma higiene oral correcta e deixe os seus filhos ver”

A Saúde Oral assume um papel primordial no desenvolvimento da criança, podendo afectar a alimentação, a aprendizagem da fala ou mesmo o desenvolvimento da autoconfiança. Antes do nascimento do primeiro dente podem ocorrer vários factores que afectam a sua aparência e saúde de forma permanente, pelo que se deve educar a criança e alertá-la para a necessidade de cuidar da dentição desde muito cedo.

De acordo com o odontopediatra, Luís Valadares, os pais assumem um papel fulcral em todo o processo, devendo sensibilizar as crianças para esta matéria. E qual a melhor forma de o conseguir? “Faça uma higiene correcta e deixe os seus filhos ver”. A aprendizagem por imitação é uma necessidade universal e se a criança se habituar a ver os pais a lavar os dentes e a usar o fio dentário em determinadas alturas do dia, vai achar que é “uma situação normal” e para se sentir mais integrada começa a querer participar na rotina.

“Numa fase inicial precisa da ajuda dos pais”, que deverão supervisionar todo o processo e dar-lhe algumas noções básicas. Mas, a partir do momento em que “tem destreza suficiente para escovar os dentes ou utilizar o fio dentário sozinha”, começa a reclamar a responsabilidade pela sua saúde oral. E, passada a fase de habituação, “é a primeira a dizer aos pais que está na hora de escovar os dentes” e a repreendê-los quando se apercebe de que eles falharam, sublinha Luís Valadares.

Mas uma boa saúde oral não passa só pela aquisição de hábitos de higiene. É importante que haja também um acompanhamento médico.

Quando deve ocorrer a primeira consulta no dentista?

A Academia Americana de Pediatria entende que deve ser aos seis meses, porque é nessa altura que começam a aparecer os primeiros dentes. Não porque essa consulta possa ter alguma influência na dentição - “praticamente não lhe vamos tocar”, adverte o odontopediatra. Mas porque constitui uma óptima oportunidade para explicar aos pais “o que vai acontecer na boca da criança, transmitir alguns ensinamentos sobre técnicas de saúde oral para os bebés” e, ao mesmo tempo, 'apresentar' a criança ao dentista, para que se comece a estabelecer uma relação de proximidade entre eles e comece a haver uma familiarização com o ambiente do consultório (máquinas e aparelhos).

“Uma criança que esteja habituada a ir ao dentista desde muito cedo”, para fazer controlos anuais, encara as consultas como uma rotina. Não tem medo. E, um dia mais tarde, quando for necessário fazer um tratamento que provoque uma certa dor não são criadas tantas resistências, explica Luís Valadares. A criança começa a ver o dentista como um amigo em quem pode confiar - não como uma potencial ameaça - e, a partir de uma determinada altura, até faz questão de entrar na sala sozinha.

Com a ida regular ao dentista é possível assegurar um acompanhamento profissional, desde a dentição de leite ou decídua (aproximadamente dos seis aos 24 meses), passando pela dentição mista em que existem simultaneamente dentes de leite e definitivos (aproximadamente dos 6 anos 12 anos) e até à dentição definitiva (dos 12 em diante), e agir de forma preventiva. Cada dentição tem características e exigências diferentes. Verificar se está a ser feita uma boa higiene e se o posicionamento dos dentes e o crescimento ósseo se está a desenvolver de forma correcta, corrigindo desde logo o que for necessário, e evitar males maiores assim como o aparecimento de algumas patologias, nomeadamente a cárie dentária.