

Por que eu preciso de dentes saudáveis?

Português

04

INFORMAÇÃO

Caros Pais

A natureza nos deu dentes saudáveis.

Com os devidos cuidados, e nutrição correta, os dentes e as gengivas permanecerão saudáveis durante toda a vida!

Este folheto de instruções mostrará a vocês maneiras úteis de prevenir danos aos dentes. A deterioração dos dentes pode ser evitada..

Protejam os dentes da deterioração e de suas conseqüências.

Devemos fazer o seguinte:

- ┌ Comer açúcar e doces somente durante as refeições principais.
- ┌ Evitar doces nos intervalos entre refeições.
- ┌ Escovar os dentes três vezes ao dia com creme dental com flúor
- ┌ Trocar a escova de dentes regularmente. Pelo menos a cada 3 meses.
- ┌ Dar assistência e orientar as crianças menores de 6 anos.
- ┌ Usar o sal comum verde com flúor para cozinhar.
- ┌ Para crianças a partir de 6 anos, e adultos, escovar os dentes uma vez por semana com gel de flúor (da farmácia ou drogaria).
- ┌ Ir ao dentista uma vez por ano para revisão.

Importante:



zahnfreundlich – wissenschaftlich getestet

- ┌ Cárias (= o buraco nos dentes) é sempre consequência do consumo de açúcar, e de produtos que possuem açúcar em sua composição, tais como: chá gelado, barra de cereais, ketchup e similares.
- ┌ Por que não comer frutas, pão, waffel de arroz, verduras, nozes, quark, leite ou chá sem açúcar nos intervalos das refeições?
- ┌ Não recompense suas crianças com doces!
- ┌ Os termos „ohne Zucker“ ou „Zuckerfrei“, normalmente significam que o produto não possui açúcar cristal. Porém, outros tipos de açúcares são usados, como por exemplo, frutose ou açúcar de uva. Comidas com estes tipos de açúcares, quando consumidas com frequência, também causam cáries.
- ┌ Somente o termo „Zahnfreundlich“, dá a segurança de que aquele determinado tipo de doce, não é prejudicial.
- ┌ Os dentes de leite são muito importantes, pois estes primeiros dentes além das funções de mastigação e fala, servem também de guias para os dentes permanentes. A perda prematura dos dentes, geralmente resulta em dentes defeituosos. Portanto, os cuidados devem começar com os dentes de leite. Protejam as suas crianças da dor causada pela cárie.
- ┌ Vocês certamente pouparão a si mesmos, e às suas crianças muita dor, medo, tempo e dinheiro quando considerarem os pontos acima citados. Para que tenhamos um sorriso radiante por toda a vida, é necessário que todos estes conselhos e recomendações sejam levados a sério.