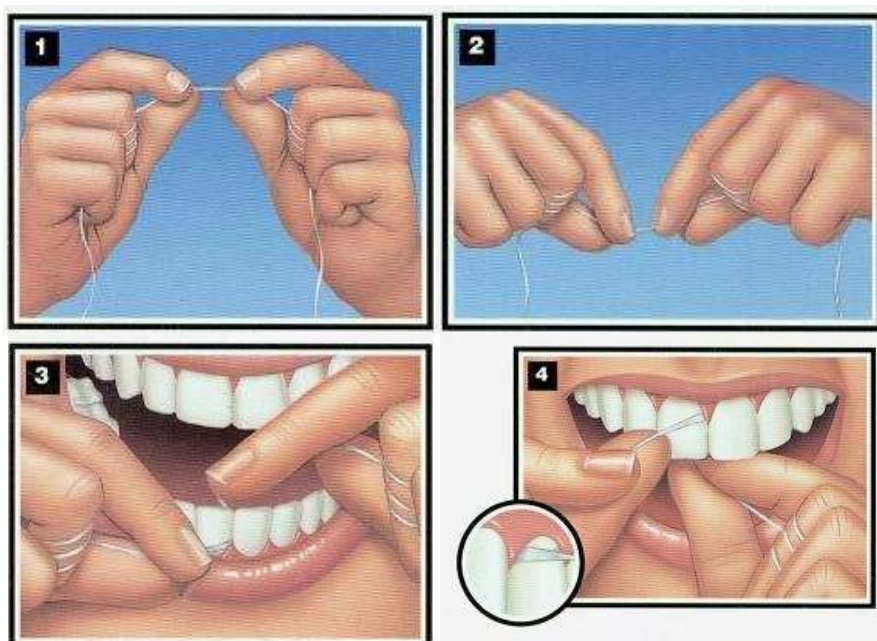


Guarde aqui seu  
histórico odontológico, exames,  
encaminhamentos e retornos!!  
Não esqueça de ler a dicas abaixo!

QUAL A MELHOR MANEIRA  
DE ESCOVAR OS DENTES?



QUAL A MELHOR MANEIRA  
DE USAR O FIO DENTAL?



DICA DE FIO DENTAL!

“O sol é para as flores o  
que os sorrisos  
são para a  
humanidade.”

Cuide do seu sorriso!



- Começar a escovação quando o primeiro dentinho surgir.
- Usar escova macia adequada para idade do bebê ou dedeira.
- Escovar pelo menos duas vezes ao dia.
- Usar o fio dental quando houver ponto de contato entre os dentinhos.
- Usar pasta infantil com concentração de flúor entre 1000 e 1100 ppm na quantidade adequada para cada idade.
- O uso de anestésicos tópicos não é recomendado.

**QUANTIDADE DE  
PASTA PARA CADA  
IDADE:**

- 0-3 anos:** meio grão de arroz
- 3-6 anos:** um grão de arroz
- + de 6 anos:** grão de ervilha

