



Proteja os dentes do seu filho com selantes!

Preserve toda a saúde do seu filho com selantes dentários.

O que são selantes dentários?

- Os selantes dentários são revestimentos finos de resina aplicados às superfícies de mastigação dos dentes, principalmente nos molares e pré-molares, onde ocorre a maior parte das cáries. Eles impedem a entrada de alimentos e germes que causam cáries.
- Os selantes devem ser aplicados nos molares, geralmente entre os 6 e 8 anos de idade.

Como os selantes são aplicados nos dentes posteriores?

- Os dentes que necessitam de selantes são primeiro limpos com uma escova de dentes antes que o material do selante seja aplicado no dente; o qual endurece rapidamente.
- A aplicação dos selantes é indolor e leva apenas alguns minutos.

A cárie dentária pode ocorrer entre os selantes?

- Os selantes impedem que os germes tenham acesso aos alimentos de que precisam para sobreviver, portanto, a cárie é improvável de continuar, mesmo que alguns germes fiquem presos sob o selante.
- Os selantes demonstraram reduzir as cáries em 86% no primeiro ano e em 56% após quatro anos.

Quanto tempo os selantes duram?

- Os selantes podem durar vários anos e serão verificados durante consultas ao dentista.

Os selantes farão os dentes parecerem diferentes?

- Um selante dentário pode ser ligeiramente perceptível até que a mastigação normal o coloque no lugar.

Pergunte ao seu dentista sobre como obter selantes dentários.



Ajude a Prevenir Cáries!

Escolha alimentos e bebidas saudáveis para manter os dentes saudáveis



Alimentos e Bebidas Com Pouca Probabilidade de Causar Cáries

- Água
- Legumes Crocantes
- Alface
- Queijo
- Manteiga de Amêndoa (sem açúcar adicionado)
- Ovos
- Carne
- Nozes

Alimentos e Bebidas Com Menos Prováveis de Causar Cáries

- Leite
- Frutas Vermelhas
- Frutas Frescas e Crocantes
- Aveia
- Grãos Integrais
- Pipoca
- Logurte
- Sorvete
- Sucos de Frutas ou Vegetais
- Chocolate amargo

Alimentos e Bebidas que Podem Causar Cáries

- Refrigerantes & Sucos
- Bebidas Esportivas
- Salgadinhos de Frutas & Frutas Secas
- Cereais
- Barras de Granola & Cereais
- Chips, Pretzels & Biscoitos
- Cookies, Doces & Sobremesas
- Frutas cítricas

Dicas Úteis

- Alimentos ricos em carboidratos, açúcares e amidos ajudam a formar placas e podem causar cáries.
- Salgadinhos de frutas e frutas secas devem ser evitados, pois são cheios de açúcar e grudam nos dentes, causando facilmente cáries.
- Leite e suco (não mais que 120 ml por dia) devem ser limitados ao momento das refeições ou lanches e consumidos em uma única vez com a comida. Nunca coloque uma bebida açucarada em "copinho com canudinho/copo para bebê".
- Lembre-se de oferecer alimentos adequados para a idade do seu filho. Nozes/Castanhas, cachorros-quentes e uvas são riscos comuns de engasgamento para crianças pequenas.



CONNECTICUT
Public Health

ct.gov/dph/oralhealth