MALO CLINIC

A ARTE DE CRIAR SORRISOS

MALO KIDS

NA MALO CLINIC DAMOS-TE MOTIVOS PARA SORRIR

TU ÉS UM SUPER MALO KID

MALO KIDS

CAROS PAIS

A ODONTOPEDIATRIA é a especialidade dedicada à manutenção da saúde oral de bebés, crianças, adolescentes e pacientes com necessidades especiais.
A nossa equipa de profissionais, especializados em Odontopediatria, atua com o objetivo de evitar, diagnosticar e corrigir precocemente alguns problemas, garantindo que os MALO KIDS atinjam a idade adulta com uma boca saudável a nível funcional e estético.

Continuando o nosso trabalho na área da educação em saúde oral, apresentamos esta brochura com passatempos, que tem como objetivo não só divertir, mas ensinar os MALO KIDS a escovar e a tratar os seus dentes. Criar hábitos de higiene oral é uma prioridade.

UMA BOA HIGIENE ORAL É FUNDAMENTAL PARA UMA BOCA SAUDÁVEL

AJUDEM OS VOSSOS FILHOS A ESCOVAR BEM OS DENTES E NÃO SE ESQUEÇAM DA FITA DENTÁRIA • • •

CHUPETA OU CHUCHAR NO DEDO

são hábitos que podem afetar a dentição do meu filho?

Muitas crianças conseguem abandonar naturalmente e por conta própria os hábitos de chuchar no dedo e usar chupeta. No entanto, deverá estar atento a alguns aspetos importantes:

- se os dentes começarem a fazer ângulo para fora;
- se quando junta os maxilares estes não se encaixam;
- se os hábitos de chuchar no dedo e usar chupeta se mantiverem para além dos três anos de idade.

Então sim, é imperativo a sua intervenção para que o seu filho desista destes hábitos.

Na MALO CLINIC
os nossos Odontopediatras terão o maior prazer em ajudá-lo.

Quais os sinais e quando irão aparecer os

PRIMEIROS DENTES?

Não existe uma data concreta para o aparecimento dos primeiros dentes, mas os primeiros sinais de erupção dentária surgem aos 4 meses. Por volta dos 6 meses surgirão os primeiros dentes, que normalmente são um dos dentes inferiores da frente. Contudo, a sequência de erupção dos dentes pode variar bastante de criança para criança.

Existe um conjunto de sinais ou sintomas que indicam o início da erupção dentária do seu filho:

- produzem baba com muita frequência e mordem objetos rígidos;
- ficam irritáveis e temperamentais;
- têm dificuldade em dormir;
- têm gengivas sensíveis e doridas.

Na MALO CLINIC os nossos Odontopediatras terão o maior prazer em ajudá-lo.

0-2

Qual a melhor

PASTA DE DENTES?

O flúor presente na pasta é determinante para diminuir a prevalência e a gravidade da cárie dentária. A concentração diária de flúor recomendada depende do risco de cárie da criança, devendo ser avaliada caso a caso, tendo em conta factores como a higiene oral da criança, hábitos alimentares e outras fontes de flúor.
Para crianças entre os 3 e os 5 anos geralmente é utilizada uma pasta com uma concentração baixa de flúor pois o risco de ingestão do mesmo é maior nesta altura. Dos 6 aos 13 anos, altura em que é feita a transição para a dentição definitiva, o risco de deglutição é menor e as exigências de flúor aumentam, pelo que a concentração do mesmo nas pastas deve ser superior.

Na MALO CLINIC poderá ter acesso aos melhores e mais adequados produtos.

3-5

Qual o papel do açúcar no aparecimento de

CÁRIES DENTÁRIAS?

Existem três elementos necessários para o aparecimento da cárie dentária:

- bactérias;
- dentes suscetíveis;
- açúcar.

As bactérias alimentam-se de açúcar logo, quanto menos açúcar e amido existir na dieta, menor é a probabilidade das bactérias se multiplicarem e produzirem ácidos que provocam cáries. Escovar os dentes e usar fio dentário irá remover as bactérias e restos alimentares para que estas não sejam capazes de produzir ácido suficiente para causar cáries.
Uma dieta equilibrada e hábitos de higiene oral saudáveis, irão limitar o aparecimento de cáries dentárias.

Na MALO CLINIC
os nossos Odontopediatras e Higienistas Orais irão ajudá-lo a manter uma boca saudável.

3-5

O que são

SELANTES DENTÁRIOS?

Os selantes dentários são uma fina camada de resina que se aplica nas fissuras dos molares (dentes de trás), com o objetivo de dificultar a acumulação de bactérias e restos alimentares em zonas retentivas do dente, por forma a evitar cáries dentárias. A melhor altura para aplicar selantes deve ser avaliada pelo Odontopediatra.

Geralmente este procedimento é realizado após erupção dos molares permanentes.

Na MALO CLINIC este procedimento é uma prática comum, pois um dos nossos grandes objetivos é a prevenção.

6-11

É saudável mastigar

PASTILHA ELÁSTICA?

Pastilhas elásticas com açúcar constituem um factor de risco para o aparecimento de cárie dentária.

Contudo, estudos mostram que mastigar pastilha elástica que contém xilitol (adoçante natural) pode ajudar na prevenção da cárie dentária.
O acto de mastigar estas pastilhas ajuda a prevenir a colonização das bactérias causadoras de cárie, reduz a placa bacteriana e promove a produção de saliva pelas glândulas salivares. A saliva contém nutrientes importantes, tais como cálcio, fosfato e fluoreto que ajudam a remineralizar os dentes, ajudando na prevenção de cáries.

Na MALO CLINIC
os nossos Odontopediatras e Higienistas Orais irão ajudá-lo a manter uma boca saudável.

6-11

Em que idade deve ser a primeira consulta de

ORTODONTIA?

Recomendamos
que a primeira consulta
de Ortodontia seja por volta
dos 7 anos de idade, para
podermos avaliar os hábitos
funcionais deletérios e o
desenvolvimento dos
maxilares.
Mesmo não havendo
problemas visíveis, muitas
vezes precisamos de intervir
precocemente.
É fundamental ter uma
oclusão equilibrada, assim
como corrigir os dentes
desalinhados que podem
dar origem à cárie dentária,
doença gengival e até perda
de dentes.
Uma oclusão incorreta pode
dar origem a problemas
articulares e fonéticos.

Na MALO CLINIC
os nossos Ortodontistas
têm o maior prazer em
aconselhar e tratar.

6-11

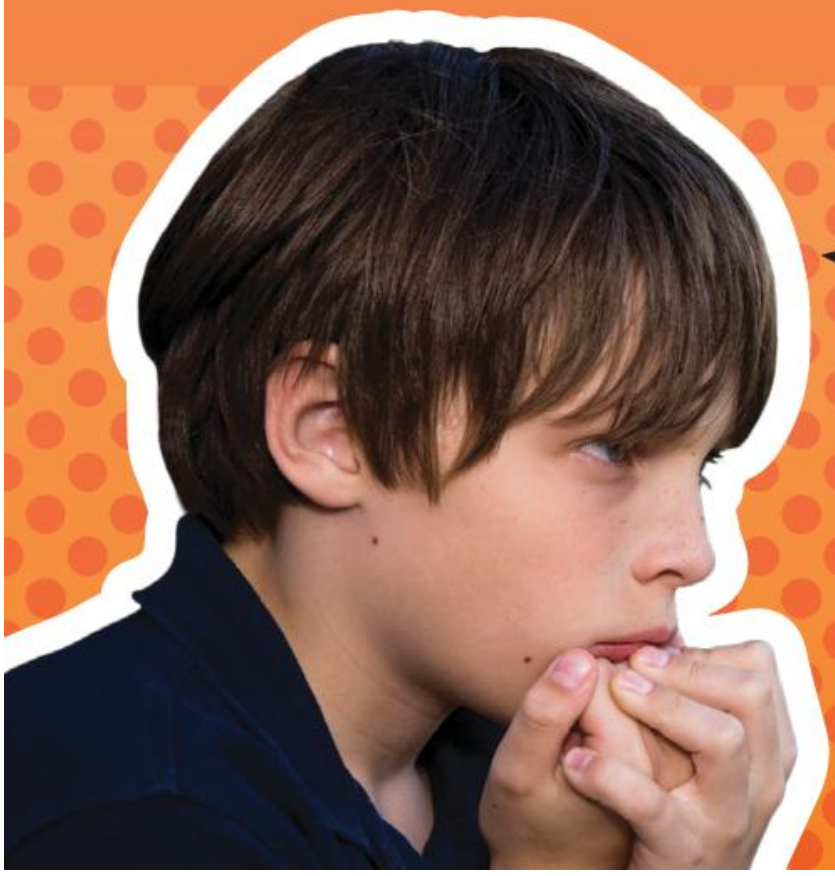
O que devo fazer se tiver uma

DOR DE DENTES?

A dor de dentes é indicadora de que existe um problema. Dirija-se com urgência à **MALO CLINIC** mais perto de si.

Caso se encontre num local isolado e sem acesso a medicação ou a uma clínica dentária, deixamos algumas sugestões...

- evitar usar o dente dorido para comer
- lavar os dentes suavemente 2 vezes ao dia
- não comer doces nem alimentos frios ou duros
- contactar a **MALO CLINIC**, para se aconselhar em relação à medicação a tomar.



12-16

O que devo fazer se consumir

TABACO?

Não fume e não mastigue tabaco!
Os hábitos tabágicos diminuem a resposta do sistema imunitário perante as infeções orais. Ao nível da saúde oral, as consequências do hábito do tabaco são muitas, indo desde a halitose, conhecida como mau hálito, até doenças mais graves como o cancro oral, que tem neste hábito o principal fator de risco. As doenças das gengivas e as dificuldades de cicatrização também são mais comuns entre as pessoas que fumam.
O tabaco aumenta também os riscos de defeitos congénitos, como o lábio leporino e a fenda palatina nos filhos de mulheres que fumam durante a gravidez.
Se for consumidor de tabaco e notar alguma alteração na sua boca, dirija-se de imediato à MALO CLINIC mais perto de si.

12-16

O que os pais devem saber sobre

PIERCINGS ORAIS

Muitas pessoas veem piercings orais como uma forma de arte corporal, no entanto, a comunidade médica considera-os como uma prática perigosa para a saúde. São inúmeras as complicações no uso de piercings orais:

- dor e inchaço;
- salivação excessiva;
- danos nos nervos, que pode levar a perda de sabor ou dormência da língua;
- lesão das gengivas;
- infeção no local da perfuração ou infeção no tecido cardíaco;
- retração gengival que pode causar extrema sensibilidade dos dentes aos alimentos quentes, frios ou temperados;
- perda de sangue grave se houver danos nos vasos sanguíneos da língua.

Para mais informações, dirija-se à MALO CLINIC mais perto de si.

SEDAÇÃO CONSCIENTE

Os **ODONTOPEDIATRAS** estão preparados para lidar com o receio e ansiedade que a ida ao dentista pode provocar na criança.

Caso a criança seja muito ansiosa, podemos recorrer à técnica de **SEDAÇÃO CONSCIENTE**.

Esta técnica permite realizar os tratamentos dentários de forma segura, mantendo a criança consciente.

ANESTESIA GERAL

É uma técnica que promove um estado controlado de inconsciência, possibilitando realizar os tratamentos dentários em pacientes não cooperantes, muito ansiosos ou que não possam ser tratados em gabinete dentário.
A anestesia é realizada por um médico anestesista, sendo o Odontopediatra responsável pelos tratamentos dentários que a criança necessita.

NECESSIDADES ESPECIAIS

A **MALO CLINIC** tem condições para receber e atender, com os melhores cuidados e profissionalismo, crianças com necessidades especiais.

Para nós, todos os MALO KIDS são tratados da mesma forma e com os mesmos cuidados.

Aqui, ninguém é esquecido ou deixado para trás...

TRAUMATISMOS DENTÁRIOS

O QUE FAZER?

SE UM DENTE DEFINITIVO DE UMA CRIANÇA CAIR OU PARTIR...

PROCURAR

LAVAR

PRESERVAR

1. Procurar o dente;
2. Segure-o pela coroa (parte branca) evitando tocar na raiz;
3. Se o dente estiver sujo, lave-o por 10 seg. em água corrente ou soro;
4. Coloque o dente de volta no seu lugar;
5. **Se tal não for possível:** Coloque-o num copo com soro ou leite ou coloque-o na boca entre a bochecha e a gengiva;
6. Contacte-nos e dirija-se à **MALO CLINIC**, o mais rápido possível, idealmente nos primeiros 60 minutos.

1. Procurar o pedaço/fragmento do dente;
2. Coloque-o num copo com soro ou leite ou coloque-o na boca entre a bochecha e a gengiva;
3. O fragmento do dente pode eventualmente ser colocado. Contacte-nos e dirija-se à **MALO CLINIC**, o mais rápido possível, idealmente nos primeiros 60 minutos.

PASSA
TEMPOS

COM ESTAS ATIVIDADES E COM A AJUDA DOS PAIS,
OS **MALO KIDS** VÃO APRENDER COMO É DIVERTIDO
LAVAR OS DENTES E CRIAR HÁBITOS DE HIGIENE ORAL.

DIVIRTAM-SE!

PARA COLORIR

MALO KIDS

DESCOBRE AS 7 DIFERENÇAS

ENCONTRA A CÁRIE

SOPA DE LETRAS

CÁRIES
DENTIÇÃO
GENGIVAS
BACTÉRIAS
ESCOVA
FLÚOR
HIGIENISTA
DENTES
DENTISTA
PASTA

A	H	B	P	O	B	G	U	A	E	N	P
J	L	B	A	C	T	E	R	I	A	S	S
D	R	L	S	G	M	S	O	E	L	G	J
E	G	L	T	E	A	C	A	R	I	E	S
N	U	J	A	C	B	O	T	U	O	N	R
T	Z	T	Z	W	Z	V	P	R	A	G	A
I	U	O	N	K	G	A	G	F	Y	I	I
S	A	D	E	N	T	I	C	A	O	V	O
T	E	G	U	I	C	B	A	O	U	A	J
A	P	O	F	J	D	E	N	T	E	S	Z
E	F	L	U	O	R	T	U	E	S	C	R
M	U	H	I	G	I	E	N	I	S	T	A

DESCOBRE QUAL O RESULTADO

SUDOKU

5					8			9
	8	1		9	2		5	
			5		4		1	
6	2	4				8		
	3						9	
		9				1	6	5
	4		3		7			
	1		9	6		3	2	
3			4					6

MALO CLINIC
PORTUGAL

1 **Guimarães**
220 127 335
guimaraes@maloclinics.com

2 **Porto**
220 127 300
porto@maloclinics.com

3 **Gaia - El Corte Inglés**
220 127 330
ecigaia@maloclinics.com

4 **Aveiro**
220 127 340
aveiro@maloclinics.com

5 **Coimbra**
239 708 400
coimbra@maloclinics.com

6 **Sintra**
217 228 181
sintra@maloclinics.com

7 **Lisboa (sede)**
217 228 100
lisbon@maloclinics.com

8 **Lisboa - El Corte Inglés**
217 228 135
ecilisboa@maloclinics.com

9 **Almada**
217 228 195
almada@maloclinics.com

10 **Portimão**
217 228 115
portimao@maloclinics.com

11 **Faro**
217 228 166
faro@maloclinics.com

12 **Funchal**
217 228 160
funchal@maloclinics.com

SABER +

SEGUE-NOS

www.maloclinics.com