

Dicas rápidas para visitas a crianças de 8 a 9 anos

Para essa visita básica à sala de aula ou instituição, você fará sua apresentação, falará sobre a importância de bons hábitos de higiene e saúde oral e distribuirá um quebra-cabeça de palavras cruzadas sobre cuidados orais.

1. Apresente-se

Fale para as crianças que você é um voluntário de uma empresa chamada Colgate-Palmolive e que as está visitando hoje para falar sobre saúde oral.

Convide as crianças a dizerem palavras que vêm à cabeça quando pensam em “saúde oral”. Incentive-as fornecendo ideias iniciais: Como elas cuidam de seus dentes? O que elas fazem para mantê-los brilhantes e limpos?

2. Compartilhe as principais mensagens

Diga a elas que o conhecimento dos princípios para a boa higiene e saúde oral pode ajudá-las a ter um sorriso brilhante que dura a vida inteira.

Reveja as principais mensagens com a classe:

- Escove os dentes com creme dental com flúor no mínimo duas vezes ao dia, especialmente após o café da manhã e antes de dormir.
- Use fio dental todos os dias (os pais deverão passar o fio dental em crianças abaixo de 8 anos).
- Limite o número de vezes que você come guloseimas cada dia.
- Visite o dentista duas vezes por ano.

3. Distribua o quebra-cabeça de palavras cruzadas.

Diga às crianças que o quebra-cabeça de palavras cruzadas é uma forma divertida de lembrar as palavras sobre saúde oral e as principais mensagens. Convide-as a mostrar o quebra-cabeça de palavras cruzadas em casa para compartilhar com suas famílias!

Respostas	
9	raio x
8	guloseimas
6	creme dental
4	flúor
1	dentes
7	sorriso
5	placa
4	fio dental
3	dentista
2	escova dental
Verticais	
Horizontais	

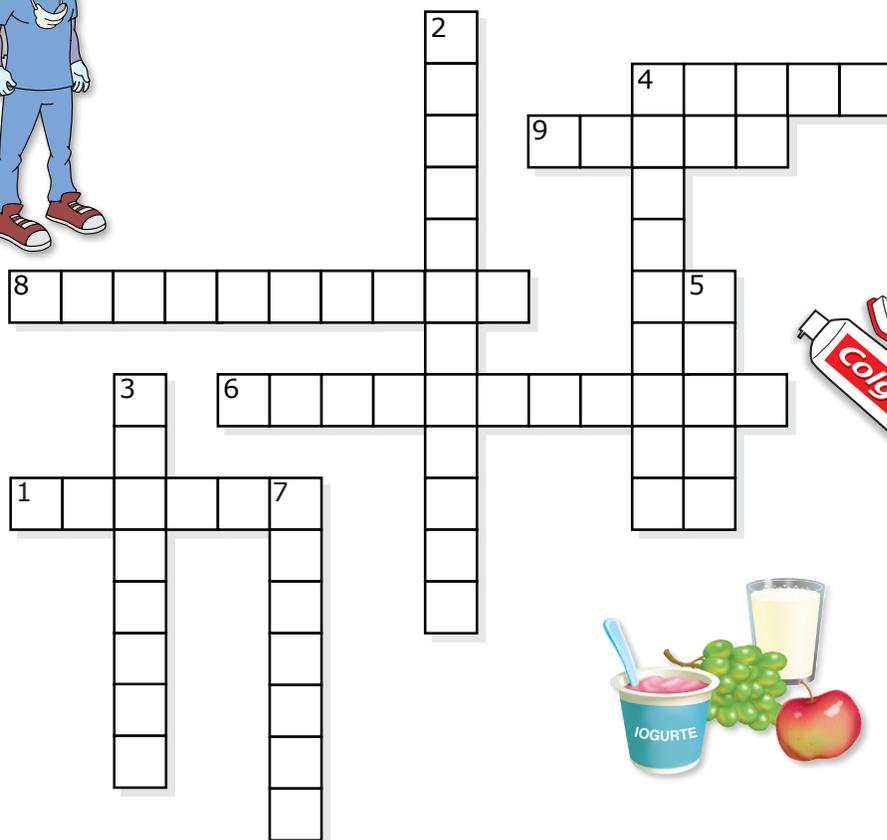


Agradeça às crianças por ajudarem o Dr. Dentuço a espalhar Sorrisos Saudáveis em todo o mundo!



Quebra-cabeça de Sorrisos Saudáveis

Olá, crianças! Testem seus conhecimentos sobre higiene e saúde oral preenchendo o quebra-cabeça de palavras cruzadas. As palavras descobertas ajudarão a proporcionar um Sorriso Saudável. Depois, aprendam com as Dicas para um Sorriso Saudável!



Horizontais

- 1) Escove-os completamente no mínimo duas vezes ao dia
- 4) O ingrediente no creme dental que mantém os dentes fortes
- 6) Vem em um tubo, seu principal ingrediente é o flúor
- 8) Não coma muitas dessas – especialmente aquelas açucaradas e grudentas
- 9) Uma foto de seus dentes

Verticais

- 2) Use para manter seus dentes limpos - e troque quando as cerdas estiverem gastas
- 3) O profissional que cuida de seus dentes
- 4) Esse fio elimina as bactérias ocultas da placa
- 5) Essas bactérias ocultas podem causar cáries
- 7) A escovação mantém saudável – e você pode compartilhá-lo com as pessoas

Dicas para um Sorriso Brilhante



Escove os dentes com creme dental com flúor no mínimo duas vezes ao dia, especialmente após o café da manhã e antes de dormir.



Use o fio dental todos os dias.

Limite o número de vezes que você come guloseimas durante o dia.



Visite o dentista duas vezes por ano.





Seu Sorriso Saudável

Saúde oral para crianças

Desenvolva hábitos para uma vida inteira

Você pode ajudar as crianças a desenvolverem bons hábitos de saúde oral desde cedo.

Seja um modelo de dentes e gengivas saudáveis, seguindo esses passos simples, e ajude a fazer com que o sorriso de uma criança dure uma vida inteira!

- Escove os dentes com creme dental com flúor no mínimo duas vezes ao dia, especialmente após o café da manhã e antes de deitar.
- Use fio dental todos os dias (os pais deverão passar o fio dental em crianças abaixo de 8 anos)
- Limite o número de vezes que você come guloseimas em cada dia.
- Visite o dentista duas vezes por ano.



Por que dentes e gengivas saudáveis são importantes

“Estruturas orais” saudáveis incluem gengivas firmes e dentes fortes. Elas são importantes para as crianças de várias formas!

Comendo. O alimento é triturado pela mastigação. Os dentes trabalham em conjunto com a saliva para triturar o alimento ainda mais antes de engolir.

Falando. Tanto os dentes de leite como os dentes permanentes ajudam as crianças a falar adequadamente e formar sons.

Autoestima. Um sorriso brilhante e saudável pode melhorar a aparência e aumentar a confiança.

Estética. O hálito fresco é bom e torna uma conversa ou contato físico mais agradável.

Principais Dicas de Escovação Dental *para compartilhar com as crianças*

- **Escove para eliminar a placa!** Escove todas as superfícies dos dentes: em cima, embaixo, na frente, atrás, dentro e fora. Não esqueça de escovar a língua também!
- **Cuide dos seus dentes de leite.** Eles abrem o espaço para os dentes permanentes e os ajudam a nascerem retos. Sua escovação completa é importante!
- **Escove até o fundo.** Certifique-se de alcançar todos os seus dentes, incluindo aqueles bem no fundo.

EM CIMA



ATRÁS



NA FRENTE

EMBAIXO

DENTRO



LÍNGUA



FORA

Colgate

SORRISO SAUDÁVEL,
FUTURO BRILHANTE™



Promessa da Comunidade de Sorrisos Saudáveis



Vamos escovar os dentes todas as manhãs e todas as noites com creme dental com flúor — esse é o único caminho!

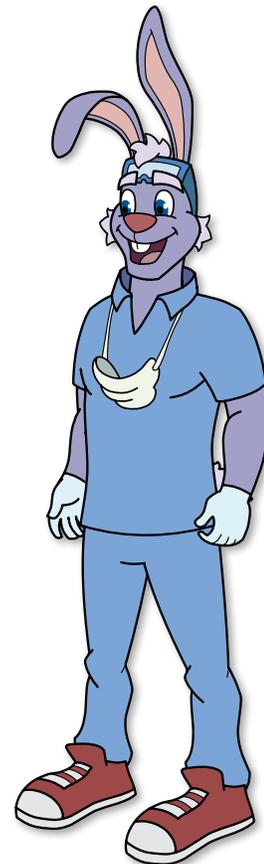


Vamos limitar nossas guloseimas — e também passar fio dental todos os dias, porque combater a placa é muito importante.



Como um parceiro para nos ajudar a manter nossos dentes fortes, o dentista deve ser visitado duas vezes por ano durante toda a vida.

Vamos assegurar que nossos sorrisos permaneçam brilhantes, pois escovaremos os dentes toda manhã e toda noite.



Nome da escola ou instituição: _____

Assinado:

Criança: _____ Data: _____

Ministrador Voluntário: _____ Data: _____



Colgate

SORRISO SAUDÁVEL,
FUTURO BRILHANTE™



Promessa da Família de Sorrisos Saudáveis



Vamos escovar os dentes todas as manhãs e todas as noites com creme dental com flúor — esse é o único caminho!

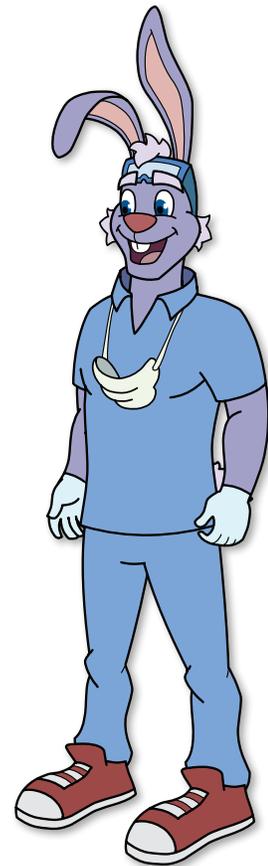


Vamos limitar nossas guloseimas — e também passar fio dental todos os dias, porque combater a placa é muito importante.



Como um parceiro para nos ajudar a manter nossos dentes fortes, o dentista deve ser visitado duas vezes por ano durante toda a vida.

Nossa família vai garantir que nossos sorrisos permaneçam brilhantes, pois escovaremos os dentes toda manhã e toda noite.



Nome da escola ou instituição: _____

Assinado:

Criança: _____ Data: _____

Ministrador Voluntário: _____ Data: _____



Colgate

**SORRISO SAUDÁVEL,
FUTURO BRILHANTE™**

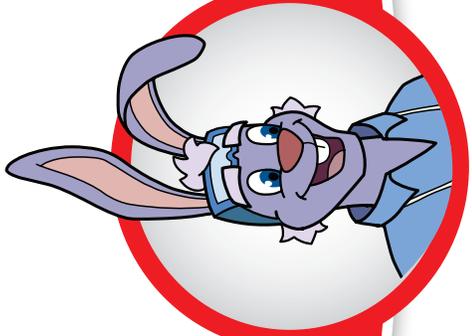


**Este certificado Sorriso Saudável, Futuro Brilhante™
é concedido a:**

**Em reconhecimento aos seus notáveis hábitos
de saúde oral e sorrisos saudáveis e brilhantes!**

Assinatura
Ministrador Voluntário

Data



A Colgate-Palmolive incentiva o trabalho voluntário voltado para a educação sobre higiene oral, fornecendo material didático para ser impresso e usado em ambiente apropriado. A Colgate-Palmolive não envia, não fornece e não custeia nenhuma estrutura além de informações e materiais para impressão.