

## Dicas sobre a Dentição do Bebê

A dentição do bebê pode ser uma fase stressante para o seu bebê e para si. Elaborámos um plano de ação com dicas sobre os dentes do bebê, para que possa ultrapassar esta fase sem ranger os dentes.

- Experimente distrair a mente do seu bebê dos dentes que o incomodam com uma mudança de cenário ou de brincadeira.
  
- Pense em dar um anel de dentição ao seu bebê para lhe proporcionar alívio da dor.
  
- Experimente colocar um anel de dentição no frigorífico, mas nunca no congelador.
  
- Se o seu bebê tiver seis meses de idade ou mais, mastigar uma côdea ou um palito de pão sob supervisão, claro, pode ajudar.
  
- Um pedaço de pepino sem casca, refrigerado no frigorífico, também pode funcionar bem.
  
- Evite roscas ou biscoitos porque estes contêm açúcar, o que pode causar cárie dentária.
  
- Não existem provas que sustentem que o gel para dentição seja eficaz, mas se decidir experimentar um, certifique-se de que foi especialmente concebido para bebés.
  
- O mesmo se aplica a gel para dentição homeopático, mas, novamente, se decidir experimentar um, certifique-se de que está devidamente licenciado para utilização no seu país. Alguns produtos não licenciados foram associados a efeitos secundários graves.
  
- O paracetamol e o ibuprofeno podem ser administrados a bebés com três meses de idade ou mais. Siga as instruções na embalagem do medicamento ou fale com o seu médico ou farmacêutico,

se tiver dúvidas.

- Assim que os dentes nascerem, escove-os com uma pasta dentária com flúor.

**URL de origem:** <https://www.nestlebebe.pt/apoio-a-parentalidade/dicas/denticao-bebe>