



NHS

Cheshire and Merseyside

Ajudando seu filho a escovar os dentes

Escove e Brilhe em
Cheshire & Merseyside



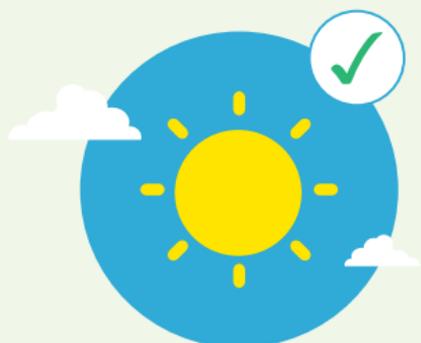
Para mais conselhos sobre
escovação dentária infantil em
inglês e outros idiomas, visite:



bspd.co.uk/Patients/PatientInfo

Crianças menores de 7 anos devem:

- ✓ Escovar **duas** vezes ao dia



- ✓ Usar **pasta de dente com flúor** familiar (1450ppm)

Menores de 3 anos

uma quantidade mínima de pasta de dente



3 anos ou mais

uma quantidade do tamanho de uma ervilha de pasta de dente



- ✓ **Cuspir sem enxaguar** após a escovação

- ✓ **Ser supervisionadas por um adulto** enquanto escovam os dentes



Translated versions of the All Together Smiling leaflet were published July 2025. This leaflet is available in English, Arabic, Chinese, Romanian, Portuguese and Polish.