



**NHS**

Cheshire and Merseyside

# Ajudando seu filho a escovar os dentes

---

Escove e Brilhe em  
Cheshire & Merseyside



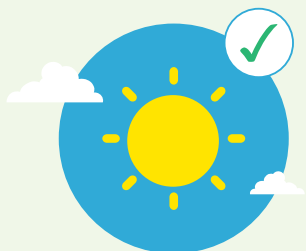
Para mais conselhos sobre  
escovação dentária infantil em  
inglês e outros idiomas, visite:



[bspd.co.uk/Patients/PatientInfo](https://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.

