



PARA FAMÍLIAS · PAIS E CUIDADORES · SONO, DESENVOLVIMENTO E
HÁBITOS

Dentição e saúde bucal do bebê e da criança

Quando os dentes nascem, como aliviar o incômodo e como cuidar deles desde o primeiro

Por **Dr. José Roberto Stefani** — Pediatra (RQE 36.710) e Neonatologista (RQE 367.101) · CRM/SP 43.076

Professor do Centro Universitário Max Planck

Baseado em: SBP, Ministério da Saúde e AAP · Revisão: outubro de 2026

Conteúdo informativo, em linguagem acessível, para orientar o cuidado do seu filho. Não substitui a consulta nem a orientação do seu pediatra. 

[Baixar em PDF](#) · [Todos os guias para pais](#)

CONTEÚDO

1. Quando nascem os dentes de leite?
2. O que é e o que não é sintoma da dentição?
3. Como aliviar o incômodo da dentição?
4. O que não usar na dentição?
5. Como cuidar dos dentes desde o primeiro?
6. Quando levar ao dentista pela primeira vez?
7. Como prevenir a cárie de mamadeira?
8. Chupeta e dedo atrapalham os dentes?
9. Quando procurar ajuda?
10. Dúvidas e mitos comuns
11. Veja também
12. Fontes

EM POUCAS PALAVRAS

Os primeiros dentes costumam nascer **entre 6 e 10 meses**, em geral os de baixo da frente, mas é normal que surjam **entre 4 e 18 meses**. Por volta dos **3 anos**, a criança tem os **20 dentes de leite**. A dentição pode causar **baba, vontade de morder, gengiva inchada e irritação leve**. **Febre alta, diarreia, vômitos e recusa forte da comida não são causados pelo dente**: procure outra causa com o pediatra. Para aliviar, use **mordedor de silicone ou borracha gelado** (da geladeira, não do congelador). **Não use géis anestésicos nem colares de âmbar**. Escove **desde o primeiro dente**, 2 vezes ao dia e sempre antes de dormir, com creme dental com flúor (**pelo menos 1.100 ppm**) na quantidade de um **grão de arroz cru** até 2 anos e de um **grão de ervilha** a partir de 2 anos.

1. Quando nascem os dentes de leite?

DENTES	IDADE MÉDIA
Incisivos centrais de baixo (os 2 da frente)	6 a 10 meses
Incisivos centrais de cima	8 a 12 meses
Incisivos laterais de cima	9 a 13 meses
Incisivos laterais de baixo	10 a 16 meses
Primeiros molares	13 a 19 meses
Caninos	16 a 22 meses
Segundos molares	23 a 31 meses

- Cada criança tem o seu ritmo. Aos 12 meses, a maioria tem de 4 a 8 dentes.
- Os dentes permanentes começam a aparecer por volta dos 6 anos, e a troca vai até o começo da adolescência.
- **Nenhum dente aos 18 meses** merece consulta com o pediatra e o dentista.

2. O que é e o que não é sintoma da dentição?

Pode ser da dentição:

- Baba em excesso, às vezes com vermelhidão no queixo.
- Vontade de morder tudo; gengiva vermelha e inchada no lugar do dente.
- Irritação leve, sono um pouco mais agitado por alguns dias.

Não é da dentição (procure o pediatra para achar a causa):

- **Febre** (axilar a partir de 37,5 °C), sobretudo febre alta.
- **Diarreia**, vômitos, coriza com tosse.
- Recusa forte de mamar ou comer, bebê muito abatido ou choro que não passa.

A dentição coincide com a idade em que o bebê pega mais viroses. Por isso a febre é atribuída ao dente, e uma infecção pode passar despercebida.

3. Como aliviar o incômodo da dentição?

1. **Mordedor de silicone ou borracha, gelado na geladeira** (não congelado), inteiriço, sem líquido ou gel dentro e com certificação do Inmetro.
2. **Massagem na gengiva** com o dedo limpo ou uma gaze molhada em água filtrada.
3. Um paninho limpo, molhado e gelado para morder, sempre com um adulto olhando.
4. Seque a baba com frequência e ofereça colo e paciência.

Remédio para dor: só se o incômodo atrapalhar muito, e depois de falar com o pediatra, que confere a dose em mL do remédio que você tem em casa. Se a dor precisa de remédio por vários dias, não é só o dente: leve para avaliação.

4. O que não usar na dentição?

- **Géis e pomadas anestésicas para gengiva** (com benzocaína ou lidocaína): podem causar reações graves no bebê, como alteração do sangue que deixa a pele arroxeadas, e o efeito passa logo porque a saliva lava o produto.
- **Colares de âmbar, madeira ou silicone** no pescoço, no pulso ou no tornozelo: não têm efeito comprovado e podem **enforçar ou engasgar**.
- **Mordedores com gel ou líquido dentro**, que podem furar, e mordedores congelados, que machucam a gengiva.
- Comprimidos ou gotas "naturais" ou homeopáticos para dentição.
- Açúcar, mel ou biscoito duro para o bebê morder. **Mel é proibido antes de 1 ano.**

5. Como cuidar dos dentes desde o primeiro?

1. **Antes do primeiro dente:** se quiser, limpe a gengiva com gaze ou fralda limpa molhada em água filtrada, sobretudo à noite.

2. **Com o primeiro dente:** escova infantil de **cerdas macias e cabeça pequena e creme dental com flúor**.
3. **Escove 2 vezes ao dia, e obrigatoriamente antes de dormir:** durante o sono a saliva diminui e o dente fica mais desprotegido.
4. **Quem escova é o adulto.** A partir dos 3–4 anos a criança pode participar, mas os pais completam e supervisionam até por volta dos 7 anos ou mais.
5. **Fio dental** quando dois dentes encostarem um no outro (em geral nos molares, depois de 1 ano e meio).
6. **Troque a escova** quando as cerdas abrirem.

Quanto creme dental usar?

IDADE	QUANTIDADE	CREME DENTAL
Do 1º dente até 2 anos	Grão de arroz cru (uma "lambuzadinha")	Com flúor, pelo menos 1.100 ppm
A partir de 2 anos	Grão de ervilha	Com flúor, pelo menos 1.100 ppm

- Creme **sem flúor não protege** contra a cárie. O risco de manchas no dente (fluorose) vem de usar quantidade a mais, e não do flúor na quantidade certa.
- **Cuspir sem enxaguar** só para quem já sabe cuspir sem engolir (em geral a partir de 6 anos). Antes disso, use a quantidade certa e enxágue normalmente.
- **Flúor em gotas ou comprimidos não é indicado de rotina:** só se o dentista indicar.

6. Quando levar ao dentista pela primeira vez?

Ao nascer o primeiro dente, ou até 1 ano de idade, mesmo sem nenhum problema. Depois, o dentista define o retorno (em geral a cada 6 meses). Ele avalia o risco de cárie, ensina a escovação, aplica flúor quando indicado e acompanha a mordida.

7. Como prevenir a cárie de mamadeira?

A **cárie precoce da infância** é a doença crônica mais comum da criança, e pode ser evitada.

- **Nada de açúcar até 2 anos**, inclusive no leite, no suco, no chá ou na chupeta. Depois, quanto menos e menos vezes ao dia, melhor. Suco não é recomendado antes de 2 anos.
- **Não deixe o bebê dormir com a mamadeira** na boca, e não ofereça mamadeira de leite várias vezes durante a noite depois que os dentes nasceram.
- Se o bebê mama no peito ou na mamadeira à noite, **limpe ou escove os dentes depois** da última mamada, ou ofereça água.

- A amamentação é muito importante e deve continuar: o cuidado é com a limpeza dos dentes, e não em parar de amamentar.
- **Manchas brancas** perto da gengiva são o primeiro sinal de cárie: leve ao dentista logo.

8. Chupeta e dedo atrapalham os dentes?

Chupar chupeta ou dedo por muito tempo pode **entortar os dentes da frente e a mordida** (mordida aberta ou cruzada) e mudar o jeito de respirar e de falar. Quanto antes o hábito parar, maior a chance de os dentes se acertarem sozinhos. Nunca coloque açúcar ou mel na chupeta. Veja o guia de chupeta e mamadeira.

9. Quando procurar ajuda?

- **Pediatra:** febre, diarreia, vômitos ou bebê abatido durante a dentição; nenhum dente aos 18 meses.
- **Dentista:** manchas brancas, marrons ou buracos nos dentes; dor de dente; gengiva inchada com pus ou bolinha perto do dente; dente escurecido depois de uma batida; mordida torta.
- **Pronto-socorro:** inchaço no rosto com febre; batida na boca com dente quebrado, mole ou arrancado, ou com sangramento que não para.

10. Dúvidas e mitos comuns

Dente dá febre?

Febre alta não deve ser atribuída ao nascimento dos dentes. A dentição pode deixar o bebê irritado, mas febre (axilar a partir de 37,5 °C), diarreia e vômitos pedem avaliação de outra causa com o pediatra.

Dente dá diarreia?

Não. Diarreia durante a dentição costuma ser virose, que coincide com a fase em que o bebê leva tudo à boca. Ofereça líquidos e veja o pediatra se houver muitas evacuações, vômitos ou sinais de desidratação.

Colar de âmbar funciona?

Não há prova de que alivie a dor, e o colar pode enforçar ou soltar contas que engasgam. A SBP e a AAP contraindicam.

Posso usar creme dental com flúor no bebê?

Sim, desde o primeiro dente, na quantidade de um grão de arroz cru. É a medida que mais protege contra a cárie. Creme sem flúor não previne cárie.

Posso passar gel na gengiva para aliviar?

Não use géis anestésicos: podem causar reações graves e o efeito dura pouco. Prefira mordedor gelado e massagem na gengiva.

LEMBRE-SE

1. Febre alta e diarreia não são do dente: procure outra causa.
2. Mordedor gelado da geladeira, sem gel anestésico e sem colar de âmbar.
3. Escove desde o primeiro dente, 2 vezes ao dia e sempre antes de dormir.
4. Creme com flúor: grão de arroz cru até 2 anos, grão de ervilha depois.
5. Dentista no primeiro dente ou até 1 ano, e nada de açúcar até 2 anos.

11. Veja também

Veja também, nesta Biblioteca:

- [Chupeta e mamadeira](#)
- [Bebê de 4 a 5 meses — desenvolvimento, sono e vacinas](#)
- [Bebê de 9 a 12 meses — desenvolvimento, dentes e alimentação](#)
- [Bebê de 12 a 18 meses — desenvolvimento, alimentação e sono](#)
- [Criança de 4 a 5 anos — desenvolvimento, sono e limites](#)
- [Febre em criança](#)
- [Introdução alimentar e BLW](#)

O QUE DIZEM AS REFERÊNCIAS

Este guia compara as recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), do Ministério da Saúde, da Academia Americana de Pediatria (AAP), do NICE (Reino Unido), da Associação Espanhola de Pediatria (AEP), do Johns Hopkins, de Harvard (Boston Children's), de Oxford e de Cambridge.

Onde concordam:

- A dentição não causa febre alta nem diarreia.
- Sem géis anestésicos e sem colares; mordedor gelado e massagem.
- Escovação com creme dental com flúor desde o primeiro dente, 2 vezes ao dia, e sem açúcar nos primeiros anos.

Onde há diferenças:

- **Concentração do creme dental:** a SBP indica pelo menos 1.100 ppm; a AEP fala em 1.000 ppm em quantidade mínima. Este guia segue a SBP.
- **Quantidade de 2 a 3 anos:** a SBP passa ao grão de ervilha aos 2 anos; consensos odontológicos mais recentes mantêm o grão de arroz até 3 anos. Este guia segue a SBP.
- **Verniz de flúor:** nos Estados Unidos, o pediatra aplica no consultório; no Brasil, é feito pelo dentista.

Fontes conferidas em outubro de 2026.

12. Fontes

- Sociedade Brasileira de Pediatria. Febre alta em bebês não deve ser atribuída ao nascimento dos dentes, 2016. [Página](#)
- Sociedade Brasileira de Pediatria. Riscos e benefícios do creme dental fluoretado na primeira infância, 2011.
- American Academy of Pediatrics. HealthyChildren.org — Teething pain. [Página](#)
- Documentos desta Biblioteca: Orientações de 4 a 5 meses, 5 a 6 meses, 9 a 12 meses, 12 a 18 meses, 18 a 24 meses e 4 a 5 anos (Pais e cuidadores); Consultas de 6, 9, 12 e 15 meses e de 2 e 3 anos (Puericultura).

Pediatra (RQE 36.710) e Neonatologista (RQE 367.101) · CRM/SP 43.076 · Professor do Centro
Universitário Max Planck

Rua das Orquídeas, 667 — Sala 203 — Medical Tower Office Premium — Indaiatuba/SP
(19) 99114-9114 · pediatra.stefani@gmail.com · www.neonatologia.com.br

Conteúdo informativo para famílias. Não substitui a consulta com o pediatra. Em caso de dúvida ou sinal de
gravidade, procure atendimento — em emergência, ligue 192 (SAMU).