



FICHA DE TRABALHO - ESCOVAGEM

Nome: _____ Ano: _____ Turma: _____

- No total, quantos dentes definitivos podem existir?
 - 34
 - 32
 - 36
 - 30
- Ordena as seguintes ações pela ordem correta, para uma boa higiene oral:
 - Escovar a língua
 - Usar o fio dentário
 - Escovar os dentes
- Completa a seguinte frase:

Devemos escovar os dentes, pelo menos, ___ vezes por dia. Normalmente, escovar os dentes demora cerca de ___ minutos. Depois de escovar, é aconselhável ficarmos aproximadamente ___ horas sem comer.
- Que pasta de dentes devemos usar?
 - Uma qualquer, desde que tenha um sabor agradável.
 - A pasta não é importante, o importante é escovar.
 - Uma qualquer, desde que tenha a quantidade de flúor adequada.
 - Depende de vários fatores, incluindo a concentração de flúor, pelo que deve ser sempre recomendada pelo Médico Dentista.
- O Joãozinho tem 5 anos. Quando vai lavar os dentes, enche a escova de pasta, até tapá-la completamente. Será que está a fazer bem? Explica a tua resposta!

R.: _____

