GUIA PARA PAIS · ANTES DE SAIR DE CASA

Como preparar seu filho para a primeira CONSULTA.

É comum querer preparar cada detalhe. Na maioria das vezes, uma conversa simples e neutra já ajuda. Reunimos aqui o que orientamos às famílias antes da primeira visita à Click Kids, para o seu filho chegar tranquilo e curioso.

NESTE GUIA

- 5 dicas para os dias antes da consulta
- O que dizer (e o que evitar) em casa
- Checklist para o dia da consulta
- Como é a chegada na Click Kids
- Depois da consulta

ANTES DA CONSULTA

5 dicas para os dias antes

Pequenos ajustes na rotina e no jeito de falar fazem a criança chegar com curiosidade, e não com receio.

1

Fale do dentista como um lugar de cuidado, sem usar a consulta como ameaça.

Frases como “se não escovar, o dentista vai brigar” transformam a consulta em castigo. A criança chega esperando algo ruim antes mesmo de entrar no consultório.

Experimente: “A dentista cuida dos dentes, assim como o pediatra cuida da sua saúde.”

2

Evite “não vai doer” e “não precisa ter medo”: essas palavras apresentam o medo.

A criança costuma guardar justamente as palavras “doer” e “medo”. Prefira um vocabulário neutro e conte só o essencial, sem detalhes de procedimentos.

Experimente: “Vamos conhecer a dentista. Ela vai contar seus dentinhos.”

3

Marque em um horário em que ele costuma estar descansado.

Evite o horário da soneca e momentos em que ele costuma estar com fome. Chegar alguns minutos antes também ajuda: dá tempo de conhecer o espaço sem pressa.

Dica: ofereça um lanche leve e escove os dentes antes de sair de casa.

4

Traga o bichinho ou brinquedo favorito.

Um objeto conhecido dá segurança num lugar novo. Ele pode acompanhar a criança na sala de espera e durante a consulta.

Dica: deixe a criança escolher qual “amigo” vai junto. Ela se sente parte da decisão.

5

Brinque de dentista em casa com a escova e um espelho.

Contem os dentinhos juntos na frente do espelho, abram a boca “de jacaré” e invertam os papéis: deixe a criança ser a dentista da boneca ou de você.

Dica: livros e desenhos sobre a ida ao dentista também ajudam a deixar o tema familiar.

EM CASA

O que dizer (e o que evitar)

Não precisa decorar nada. A ideia é trocar frases que antecipam medo por frases que despertam curiosidade.

EM VEZ DE DIZER	PREFIRA DIZER
"Não vai doer."	**"A dentista vai contar seus dentinhos."**
"Se não se comportar, vai tomar injeção."	**"Vamos conhecer a dentista que cuida dos dentes das crianças."**
"Não precisa ter medo."	**"Vamos passear e conhecer um lugar novo."**
"Se não escovar, o dentista vai arrancar seu dente."	**"Escovar deixa os dentes fortes. A dentista vai ver como eles estão."**
"Seja corajoso, não chora."	**"Você pode perguntar tudo o que quiser pra dentista."**

> **E se ele já teve uma experiência ruim?** Conte para a nossa equipe na hora de agendar. Isso ajuda a odontopediatra a planejar o ritmo da primeira visita. E evite relatar as suas próprias experiências difíceis com dentista na frente da criança.

NO DIA

Checklist da consulta

- [ ] Documento do responsável
- [ ] Exames ou relatórios anteriores, se houver
- [ ] Lanche leve e dentes escovados
- [ ] Suas dúvidas anotadas no celular
- [ ] Medicamentos em uso e alergias da criança
- [ ] Bichinho ou brinquedo favorito
- [ ] Chegar alguns minutos antes do horário
- [ ] Conversa leve no caminho, sem ensaio

NA CLICK KIDS

Como é a chegada

O espaço foi pensado para a criança se distrair enquanto espera e chegar ao consultório com menos vergonha e menos receio.

Recepção · 1º andar
Parede sensorial para explorar com as mãos enquanto espera a vez.

Espaço de brincar · 2º andar
Videogame e brinquedos para gastar a ansiedade brincando.

Máquina de garra
Um dos cantinhos preferidos das crianças antes e depois da consulta.

Consultório infantil
Decorado para crianças, com a odontopediatra apresentando tudo com calma.

NA CADEIRA: FALAR, MOSTRAR, FAZER

Falar
A odontopediatra explica o que é cada instrumento, com palavras da criança.

Mostrar
Mostra na mãozinha ou no ar: o barulho, o ventinho, o espelho.

Fazer
Só então leva à boca, respeitando o tempo da criança.

DEPOIS DA CONSULTA

- Elogie a participação dela (“você abriu a boca bem grande!”), e não o “não chorou”.
- Pergunte o que ela mais gostou de conhecer e deixe ela contar do jeito dela.
- Comemore com um passeio ou uma brincadeira, em vez de doce.
- Mantenha a escovação em casa e volte no retorno que a odontopediatra indicar.

Quando levar pela primeira vez? A recomendação é que a primeira visita aconteça quando nasce o primeiro dente, ou até o primeiro aniversário. Nunca é tarde para começar.

CLICK ODONTO KIDS

Agende a primeira consulta do seu filho

WhatsApp (21) 97507-1576

Telefone (21) 3256-9114

Rua Vitor Alves, 1203, Loja A · Campo Grande
Rio de Janeiro/RJ · CEP 23080-181

Responsável técnico: Dr. Marcelo Santos