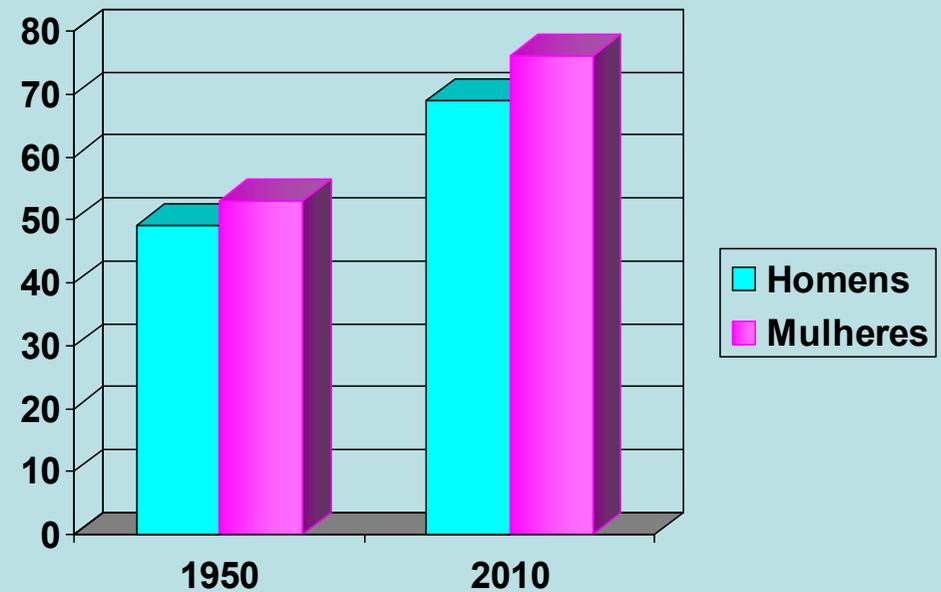
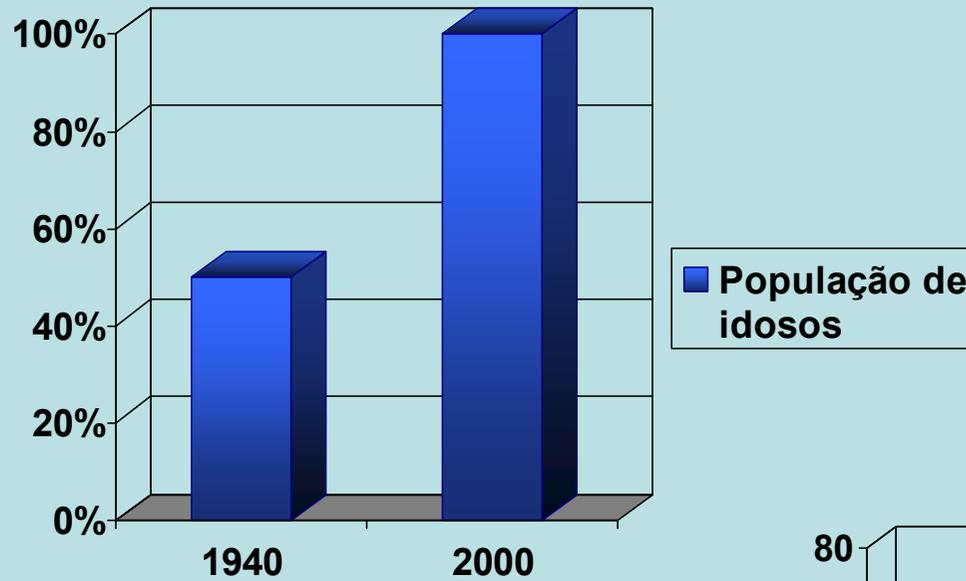


Saúde Bucal na Terceira Idade



- Aumento da expectativa de vida



Problemas Buciais

- Edentulismo



- Próteses mal adaptadas

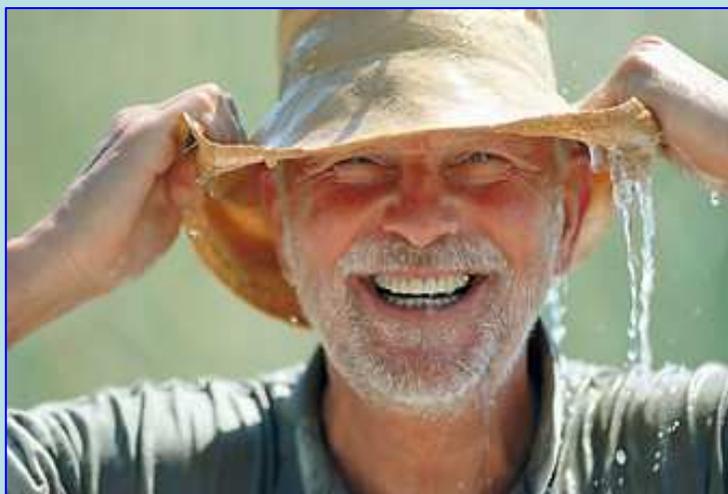


- Doença periodontal



Saúde geral X Saúde bucal

Dentes bons



Saúde geral X Saúde bucal

Dentes ruins ou ausentes



Impactos de problemas bucais na qualidade de vida

- Limitação funcional: 91%



- Dor física: 83%



- Desconforto psicológico: 71%



- Incapacidade social: 25%



* Estudo realizado com idosos na cidade de Bauru (SP) em 2010

Gengivite



Sinais da gengivite: sangramento, inflamação gengival; mau hálito; gengivas avermelhadas, inchadas ou que se afastam dos dentes.

Periodontite



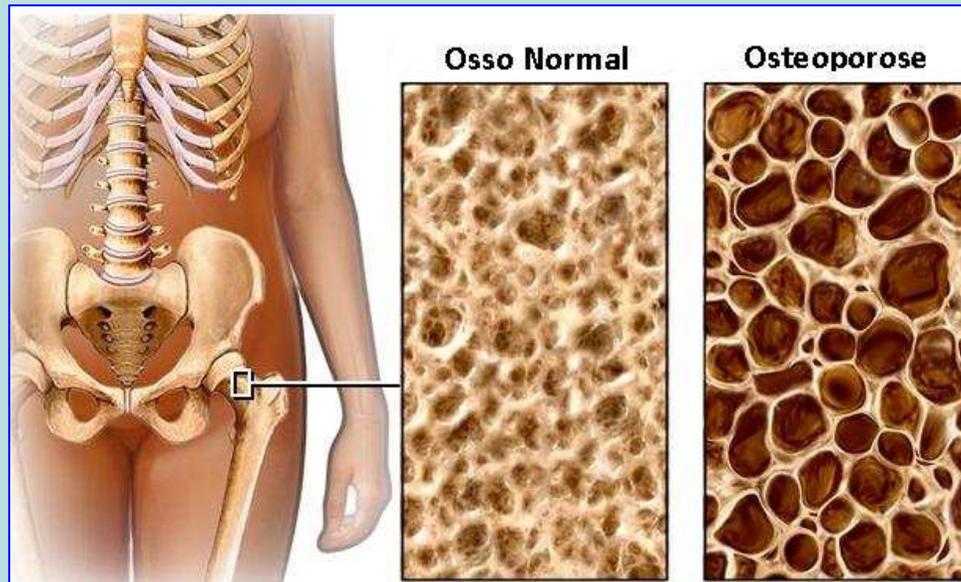
Sinais da Periodontite: inflamação persistente; perda óssea ao redor do dente; presença de pus; mau hálito; mobilidade dentária

Periodontite X Doenças sistêmicas

A Periodontite pode ser fator de risco para:

- Osteoporose

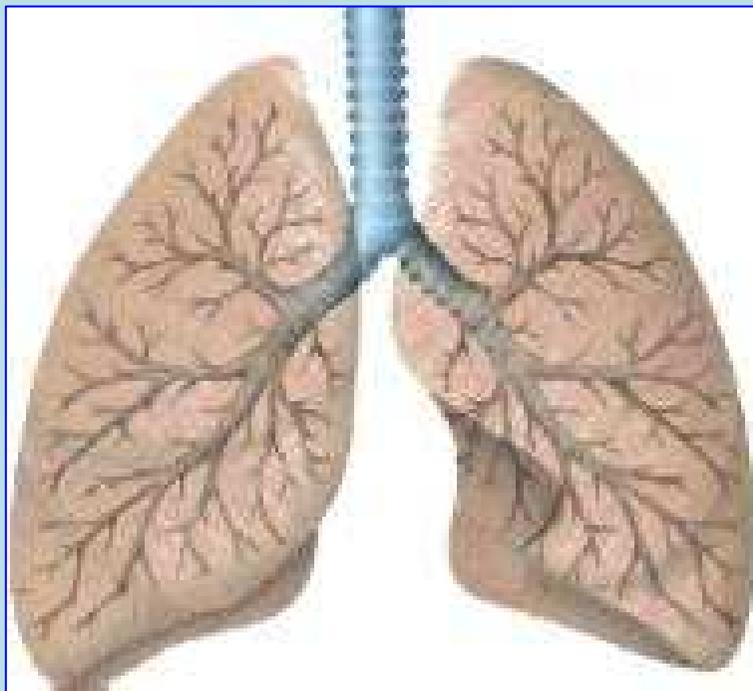
- Diabetes



Periodontite X Doenças sistêmicas

A Periodontite pode ser fator de risco para:

- Doenças respiratórias



- Doença cardíaca



Tratamento e prevenção da Periodontite

- Higienização adequada



- Visita frequente ao dentista (mínimo de 6 em 6 meses)

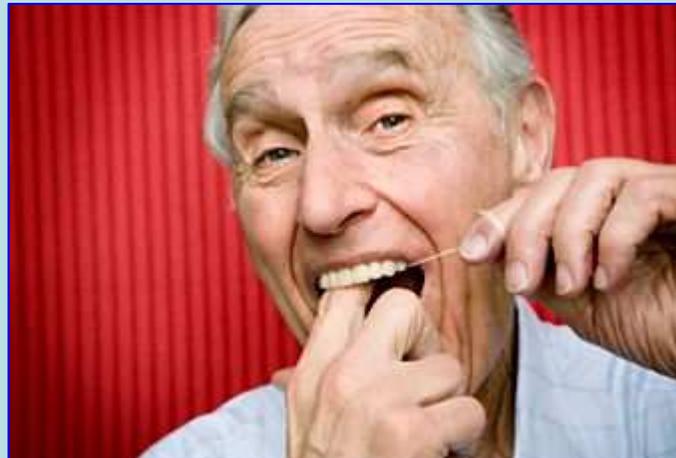


Higienização dentária

- Escovar os dentes pelo menos 3X ao dia com escova macia e creme dental com flúor



- Usar fio dental pelo menos 1x ao dia

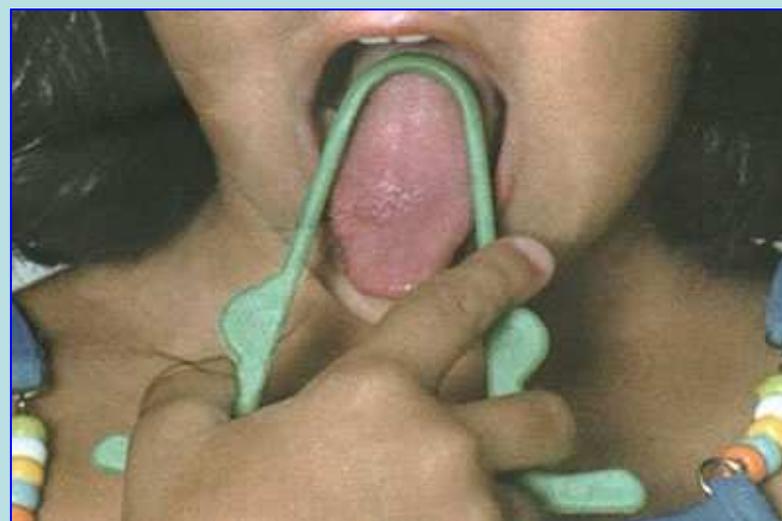


Higienização dentária

- Escovas elétricas auxiliam na limpeza dos dentes e gengiva



- Escovar a língua com escovas ou com raspadores de língua



Higienização da prótese móvel

- Remover a prótese e limpar 1º a boca com gaze ou fralda embebida em água



- Beber um pouco de água para concluir a ingestão de restos alimentares



Higienização da prótese móvel

- Escovar as próteses com creme dental comum e escova de cerdas médias (perto da pia)



Higienização da prótese móvel

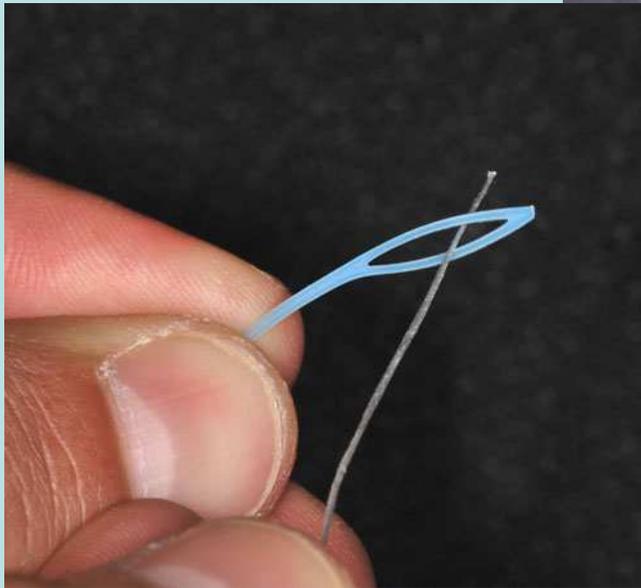
- Em casos de manchas e crostas nas próteses, deixá-las durante a noite em um copo com 1 parte de água sanitária para 2 partes de água filtrada



- Não usar bicarbonato de sódio ou outros produtos abrasivos

Higienização da ponte fixa

- Usar passa fio ou superfloss



Higienização da ponte fixa

- Usar escova interdental sempre que o vão a ser introduzido o passa fio for mais largo



Boca Seca



- Na maioria dos casos, está relacionada com o uso de medicamentos como anti-hipertensivo e antidepressivo.

Boca Seca

- **Tratamentos:**

- saliva artificial
- gomas de mascar sem açúcar
- medicamentos que estimulem a salivacão



Boca Seca

Tratamentos:

- evitar dietas hiperproteicas e intervalos muito grandes entre as refeições
- ingerir bastante água
- evitar o consumo de bebidas com álcool ou cafeína



Boca Seca

Tratamentos:

- preferir alimentos moles, úmidos e pouco condimentados
- usar de lubrificantes à base de vaselina nos lábios se estiverem secos



Sensibilidade



Usar creme dental para dentes sensíveis

Cáries



Visite seu dentista para tratamento

Próteses desadaptadas

- Dentadura "frouxa" deve ser trocada, pois favorece o aparecimento de infecções fúngicas, feridas, aftas e hiperplasias



Mau hálito

- **Causas:**

- Diminuição da quantidade de saliva
- Presença de resíduos sobre língua, dentes e gengiva
- Má higienização das próteses



Nutrição e Saúde Bucal

- A ingestão de bons nutrientes exige a presença de dentes naturais saudáveis ou de próteses dentárias bem adaptadas
- Comer sem mastigar dificulta muito a digestão e a absorção dos nutrientes pelo organismo



Nutrição e Saúde Bucal

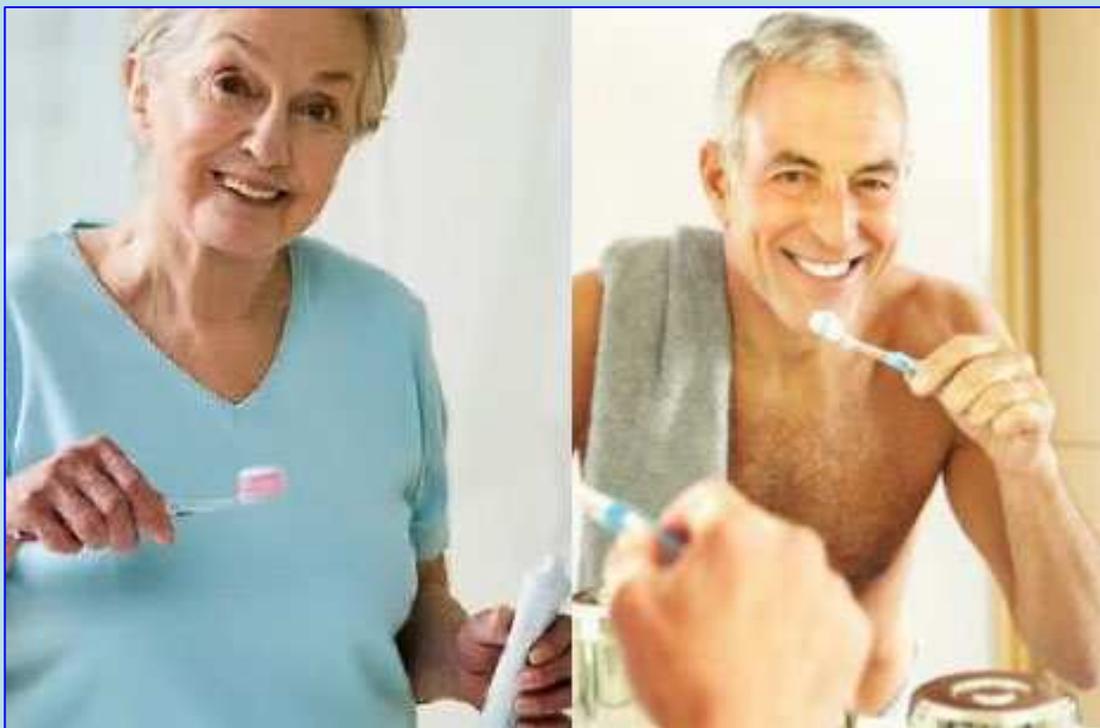
- Comer frutas e verduras diminui o risco de doença cardíaca e de câncer gástrico, esofágico e colorretal.



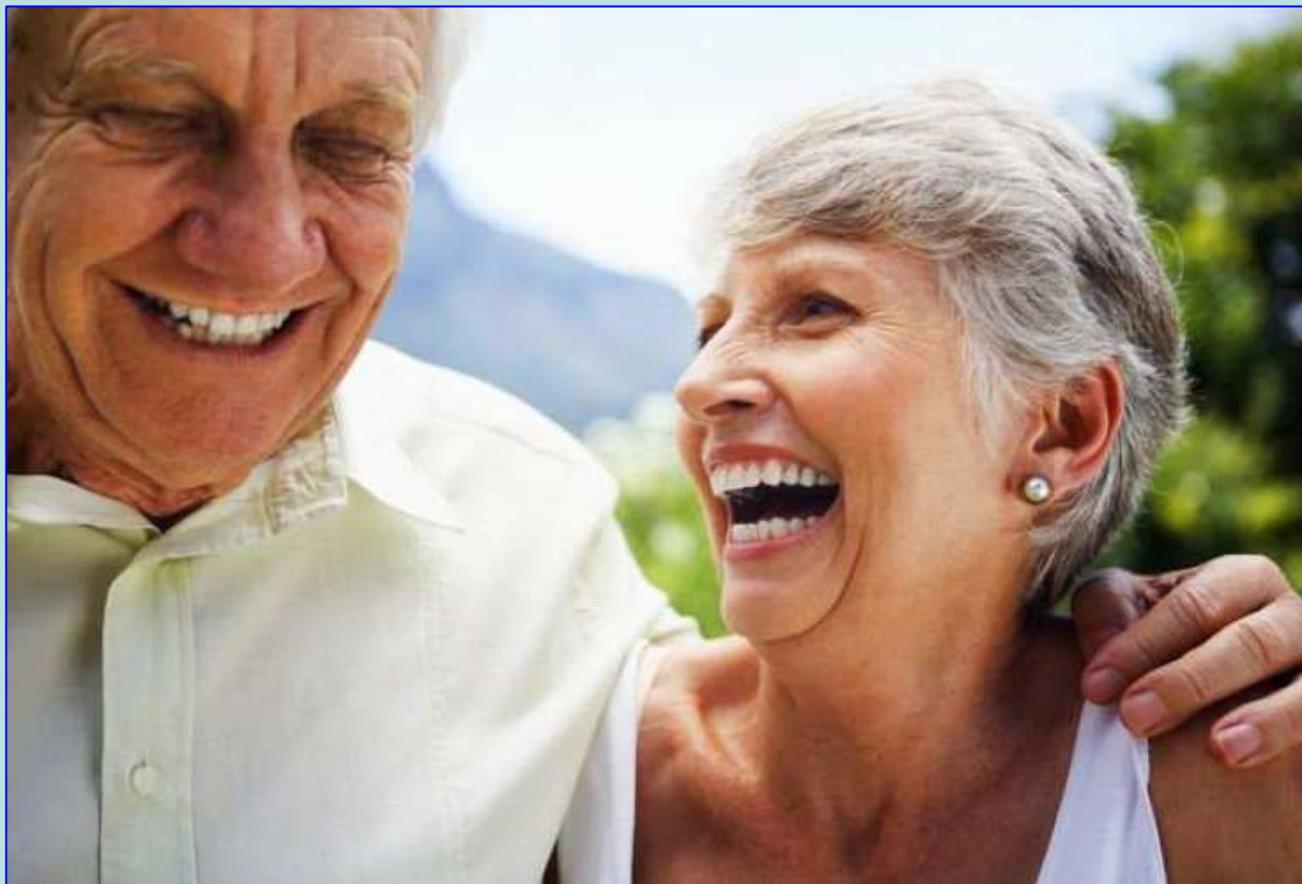
Perder dentes não é mais uma
consequência inevitável do envelhecimento



Você pode envelhecer com boa saúde bucal, desde tenha alguns cuidados com a higienização dentária.



Não tenha medo de sorrir!



Sorrir é um santo remédio para qualquer doença.

Não deixe que seus dentes ou a falta deles os impeça de viver momentos importantes da vida social



O que importa é ser feliz!

Mas não se esqueça de visitar um dentista regularmente para evitar dores e outras alterações físicas e funcionais.



Prevenir é melhor que remediar.