

eBook

PRESCRIÇÃO DE PRODUTOS PARA SAÚDE BUCAL



Autores

Dominique Queiroz da Silva Santos

Aluna da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Julia Doris Lima Amaral da Silva

Aluna da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Nathália Pinheiro da Silva

Aluna da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Renata Figueiredo dos Santos

Aluna da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Raphaelle Victoria Gomes Vieira

Aluna da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Elisangela Rudugério dos Santos Alves

Aluna da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Danylo de Oliveira Santiago França

Aluno da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Jonathas de Maria Carneiro

Aluno da Faculdade de Odontologia da Universidade Salgado de Oliveira
- Universo, São Gonçalo/RJ

Professora Orientadora
Dr^a Mariana Farias Cruz



Índice

Saúde Oral	05
Prescrição de produtos para saúde oral	06
Escovas dentais	08
Enxagatórios Bucais	12
Limpeza Interproximal	16
Dentifrícios	18
Produtos não recomendados que prejudicam a saúde bucal	21
Bibliografia	22

Introdução

Neste material, exploraremos detalhadamente os diversos aspectos que envolvem a escolha e a recomendação de produtos voltados para o cuidado dental e gengival. Compreender as necessidades específicas de cada paciente e identificar as melhores soluções para prevenir, tratar e gerenciar condições bucais é essencial para promover uma higiene oral eficaz e duradoura. A prescrição de produtos odontológicos vai além da simples escolha de um creme dental ou enxaguante bucal; envolve uma análise criteriosa e personalizada baseada em evidências científicas e nas particularidades de cada caso clínico. Este eBook oferece um mergulho profundo nas últimas inovações e tendências, além de fornecer orientações práticas e recomendações baseadas em estudos atualizados. Nosso objetivo é equipar você com o conhecimento necessário para tomar decisões informadas e eficazes, contribuindo para a saúde e o bem-estar de seus pacientes. Através deste guia, esperamos inspirar uma prática odontológica mais consciente e orientada para resultados positivos, assegurando que a saúde bucal seja mantida em níveis ótimos. Prepare-se para aprimorar suas habilidades e aprofundar seu entendimento sobre a prescrição de produtos para saúde bucal com este recurso essencial.

SAÚDE ORAL

A boca é um órgão fundamental, ela é a porta de entrada para o nosso corpo e mantê-la saudável faz com que alcançamos uma saúde geral. A saúde bucal tem por objetivo promover uma melhor qualidade de vida com condições de higiene oral correta, práticas e cuidados com a dentição, mas também com a prevenção de doenças bucais. Porém os cuidados com a saúde bucal não se baseia apenas na eliminação de doenças, mas que podem proporcionar e estão relacionadas com o bem-estar físico, mental e social.

As ações de saúde bucal objetivam a qualidade de vida realizando medidas educativas preventivas a melhoria na condição bucal da população com atividades focadas na higiene bucal, alteração na alimentação inadequada e da necessidade de consultar ao dentista. A saúde bucal se relaciona com a promoção a saúde e educação em saúde que tem por objetivo fortalecer a autonomia de controle do processo saúde-doença e na condução de hábitos.

A educação em saúde feita nas escolas implementam a importância da escovação dental com atividades de ações de sensibilização em relação aos prejuízos da falta de higienização, apresentação de slides para demonstração de lesões que podem ocorrer devido a cárie e técnicas de escovação com o uso de escova dental correta, fio dental e pasta dental. Essas ações em conjunto com os profissionais da escola e os profissionais de saúde colaboram para uma melhoria da saúde bucal.



Prescrição de produtos para saúde oral

Como fazer a prescrição dos produtos de higiene oral no consultório?

• Anamnese e Diagnóstico:

Realize uma anamnese detalhada para entender a condição bucal do paciente. Diagnostique a situação clínica (cáries, gengivite, periodontite, sensibilidade, etc.).

• Escolha do Produto:

Baseie-se no diagnóstico para escolher os produtos adequados. Considere fatores como idade, histórico médico, alergias e condições pré-existentes.

• Detalhes da Prescrição:

Nome do Paciente: Identificação clara do paciente.

Produto Prescrito: Nome comercial e/ou princípio ativo.

Dosagem: Quantidade a ser utilizada em cada aplicação.

Frequência: Quantas vezes ao dia ou por semana.

Duração do Tratamento: Por quantos dias ou semanas o produto deve ser utilizado.

Modo de Uso: Instruções detalhadas sobre como aplicar ou utilizar o produto.

Orientações Adicionais: Dicas sobre higiene bucal adequada. Avisos sobre possíveis efeitos colaterais. Recomendações sobre alimentação e hábitos que podem interferir no tratamento

Qual a importância da Prescrição Correta?

Tratamento Eficaz: Garantir que o paciente utilize o produto correto na quantidade e frequência adequadas para maximizar os resultados.

Prevenção de Problemas: Evitar uso inadequado de produtos que pode levar a efeitos adversos ou falta de eficácia.

Educação do Paciente: Orientar sobre a importância da higiene bucal e o uso correto dos produtos. Seguimento e Monitoramento: Facilitar o acompanhamento do tratamento e ajustes conforme necessário durante as consultas de retorno

Considerações Finais

- Certifique-se de que o paciente entenda todas as instruções e a importância do cumprimento do tratamento.
- Mantenha registros detalhados de todas as prescrições para referência futura e monitoramento da saúde bucal do paciente.
- Esteja sempre atualizado com as últimas recomendações e pesquisas sobre produtos para saúde bucal para proporcionar o melhor cuidado possível.
- Seguindo esses passos, você pode garantir que os pacientes recebam um tratamento adequado e eficaz para manter uma boa saúde bucal.

Abaixo, uma sugestão de formato para a prescrição de produtos de higiene oral (fazer no bloco receituário, com nome do paciente, data, assinatura/carimbo profissional no final). Sempre que possível, mais de uma opção comercial deve ser colocada para cada tipo de produto indicado.

Escova Dental	Marcas/modelos (opções)	Fazer a escovação por ... minutos. ...x/d (sendo uma delas à noite, antes de dormir).	Trocar a escova a cada ... meses. Higienizar a escova com ... após o uso, guardando-a ...
Fio dental	Marcas/modelos ou considerar preferência	Utilizar todos os dias, ... (momento do dia, definido de acordo com a preferência do paciente).	
Escova Interdental (se indicada)	Marcas/modelos e tamanho	Usar ...x/d, como demonstrado.	Trocar a escova/ refil a cada ... dias.
Limpador/escova de língua (se indicado)	Marca/modelo	Utilizar para a higienização da língua, ... (momento do dia), com movimentos ...	Trocar a cada ...
Dentífrico	Marca / Nome comercial	Utilizar quantidade correspondente a ... em todas as escovações. ... enxágue.	Uso continuado por ... meses ou até o próximo retorno. Manter o produto fora do alcance de crianças.
Enxaguante bucal (quando indicado)	Marca/Nome comercial	Utilizar ... ml do produto puro, para bochechos de ... segundos. ...x/d, ... (horário). Cuspir bem e não enxaguar a boca.	Tempo de uso: ... dias/meses. Manter o produto fora do alcance de crianças.
Aparelho de irrigação Oral (quando indicado)	Marcas/modelos	Usar ...x/d, posicionando a ponta de frente e sem encostar nos dentes/gengiva. Mover o jato ao longo da gengiva, limpando as regiões entre os dentes.	Utilizar uma pressão da água que seja confortável.
Substituidor de saliva (quando indicado)	Marca /Nome comercial	Borrifar 2 vezes, diretamente no interior da boca. ... x/d ou quando considerar necessário (ou aplicar o equivalente a ... na boca, espalhando com a língua). Não enxaguar a boca depois de usar.	



O que são Biofilmes?

São micro-organismos que interagem entre si e com o ambiente ao seu redor de maneira complexa e altamente organizada. Eles se formam nas superfícies dos dentes e são compostos por bactérias e uma variedade de micro-organismos como fungos e vírus, antigamente eram conhecidos como Placa bacteriana. Suas funções biológicas são:

- Lubrificação da superfície do esmalte
- Proteção contra a desmineralização
- Atividade antimicrobiana
- Oferece receptores para os microrganismos colonizarem a superfície dental

Se com o tempo o biofilme não for removido por meio da escovação e do uso de auxiliares interdentais como fio dental ou escova interdental, ele pode calcificar e transformar em Tártaro.

O biofilme dental tem 4 etapas de formação sendo elas:

1. Fase de colonização inicial: Adesão de bactérias à superfície
2. Fase de acumulação ou estruturação: Crescimento bacteriano em microcolônias sésseis
3. Maturação do biofilme: Formação da placa dental madura
4. Fase de dispersão: Liberação de células bacterianas Bactérias associadas ao biofilme retornam à existência planctônica.



ESCOVAS PARA HIGIENE BUCAL

Escovas para higiene bucal são instrumentos mecânicos (que podem possuir componentes movidos a energia), utilizados para limpeza de dentes, gengiva, língua, aparelhos ortodônticos e próteses removíveis. São compostas pela cabeça (parte ativa, onde estão fixadas as cerdas) e pelo cabo (para empunhadura). As cerdas podem ser naturais ou sintéticas, sendo os seus conjuntos chamados de tufos. As escovas são isentas de registro, mas sua comercialização depende de comunicação prévia à ANVISA (que tem requisitos técnicos para regularização desses produtos).

Como definir escovas dentais?

O primeiro fator a ser considerado nas escovas dentais é o formato da cabeça e do cabo. Isso porque o design influencia no alcance das cerdas e na realização dos movimentos, no entanto, não existe uma regra, o ideal é optar por aquela que se encaixa melhor à anatomia e permite limpar com qualidade todos os dentes.

O segundo fator importante é a maciez das cerdas: de modo geral, as cerdas que realizam uma limpeza mais eficiente são aquelas com cerdas retas, do mesmo tamanho e macias, sem apetrechos emborrachados.

CLASSIFICAÇÕES:

Segundo a Resolução no 142 da ANVISA , de 17 de março de 2017, as escovas são classificadas:

- de acordo com a sua finalidade de uso, podendo ser manual ou elétrica, unitufo, interdental, pós-cirúrgica, ortodôntica, para dentadura e especial para higiene da língua;
- de acordo com faixa etária: adulto ou infantil, de acordo com a rigidez das cerdas: extra-macia, macia, média, dura.

As escovas infantis devem possuir comprimento mínimo total de 10 cm e largura máxima da cabeça de 1,2 cm; já as de adulto devem possuir comprimento mínimo total de 15 cm e largura máxima da cabeça de 1,6 cm. A textura dos tufos é definida pela medida da rigidez, segundo norma ISO 22254 e 80% das pontas das cerdas devem ter acabamento sendo arredondadas, polidas, plumadas ou planas



TEMPO DE USO E TROCA:

O mais recomendado é trocar a escova de dentes a cada três meses de uso, pois durante esse período, as cerdas começam a ficar desgastadas, o que compromete a limpeza dos dentes e gengivas.



É importante atentar-se frequentemente ao estado do objeto: as cerdas devem estar bem alinhadas e não podem apresentar nenhum desgaste para higienizar os dentes com a mesma intensidade. Para lembrar que chegou o momento da troca, alguns modelos de escovas apresentam marcações nas cerdas. Conforme o utensílio é usado, a cor vai sumindo, momento de comprar uma nova. Não é somente o desgaste o motivo para trocar a escova de dentes. Também é importante substituí-la depois de uma gripe, resfriado, infecções na boca ou garganta. Parece exagero, mas esse hábito não somente mantém a boa saúde bucal, como ajuda a fortalecer o corpo contra novas infecções



TÉCNICA DE ESCOVAÇÃO:

As técnicas de escovação tornam a limpeza dos dentes mais eficaz, eliminando todos os resíduos de alimentos e a placa bacteriana.

- Técnica de bass: É o método para usar as cerdas da escova de dente para remover a placa localizada abaixo de suas gengivas, evitando a gengivite.

Ela também é considerada uma das melhores, pois permite uma limpeza sem provocar traumas nos dentes e nas gengivas. Deve ser realizada da seguinte forma: posicione as cerdas da escova um pouco abaixo da margem gengival; faça uma pressão suave; comece a escovar para frente e para trás ou em um movimento circular; faça isso de 15 a 20 vezes antes de passar para a próxima área; depois, repita o processo na parte de trás dos dentes com os mesmos movimentos; por fim, escove a superfície de mastigação dos molares e também a língua

- Técnica de Stillman: similar a de Bass. Mas em vez de círculos, os movimentos são de “vassoura”, escovando os dentes de cima para baixo, da raiz para a coroa do dente. Essa é a técnica mais indicada para quem apresenta recessão gengival e exposição radicular, para evitar a destruição do tecido da gengiva.

- Técnica de Charter: pode ser recomendada nos seguintes casos: quando há espaços entre os dentes; recessão gengival; raízes expostas; quando houve uma cirurgia periodontal; uso de aparelhos ortodônticos ou próteses parciais fixas. Ela deve ser feita da seguinte forma: posicione as cerdas na margem gengival apontando para a superfície de mastigação do dente ou coroa; faça uma leve vibração na escova e use movimentos circulares curtos ou pequenos movimentos para frente e para trás; faça isso por 15 a 20 vezes em cada área; escove todas as superfícies e laterais usando o mesmo padrão de movimento.
- Técnica de Fones: Ideal para crianças e iniciantes na escovação infantil, com 6 anos ou menos. A técnica de Fones envolve movimentos circulares com a escova sobre a superfície dos dentes. É uma maneira simples e eficaz de limpar toda a superfície dentária.

PERGUNTAS FREQUENTES

Quando indicar escova elétrica?

As escovas de dente elétricas se diferenciam das comuns por fazerem movimentos giratórios ou vibratórios que deixam, ao final do processo, uma sensação de boca mais limpa. No entanto, a principal indicação é para pacientes que precisam de uma limpeza mais aprimorada e que não conseguem com a escova de dentes comum, por exemplo, pacientes com algum tipo de deficiência motora ou os que costumam colocar muita força no momento da escovação.

Qual a quantidade de escovação diária ideal?

A orientação é de que escovação deve ser feita pelo menos três vezes ao dia, com uma duração de dois minutos por vez, e também que se espere 30 minutos após a refeição para seguir com a escovação. No entanto, é importante salientar que se não for realizada de forma correta, não importa quantas vezes escovar os dentes, não irá obter um bom efeito de higienização.

Como armazenar a escova de dente?

É aconselhável mantê-la em pé, em um porta-escovas com furos para permitir a circulação de ar adequada. Isso ajuda as cerdas a secarem completamente entre os usos e previne o desenvolvimento de bactérias. Nunca deve-se guardar a escova deitada, pois isso pode criar um acúmulo de umidade desfavorável.

A escova de dente influencia no desgaste dentário?

A escova dental quando empregada sem dentífrico parece produzir pouco efeito sobre a dentina. Ela passa a ser abrasiva quando é usada conjuntamente com o dentífrico que é o portador de abrasivos. É importante salientar que o tipo de cerdas das escovas de dente influencia no desgaste do esmalte dentário, portanto, quanto mais duras as cerdas, maior será o desgaste do elemento.

Quando se inicia o uso de escovas nos bebês?

A Associação Brasileira de Odontologia (ABO) orienta que a escovação comece quando o primeiro dente nasce, geralmente, a partir dos 6 meses de idade. Embora os primeiros dentinhos sejam temporários, eles precisam de cuidados. Isso porque os dentes de leite também podem sofrer com a cárie.

Enxaguatórios bucais são produtos utilizados para higiene bucal, como antissépticos, que auxiliam na limpeza da boca, prevenção de cáries, combate ao mau hálito e proteção contra bactérias. Esses produtos são enxaguados na boca e não devem ser engolidos. São uma parte importante da rotina de cuidados com a saúde bucal, complementando a escovação e o uso do fio dental.

ASPECTOS BÁSICOS

Os enxaguatórios bucais são produtos essenciais para a manutenção da saúde bucal, complementando a rotina de escovação e uso do fio dental. Eles contêm uma variedade de componentes ativos, cada um com suas próprias propriedades e benefícios:

- **Triclosan:** Este agente químico é conhecido por sua capacidade de matar e prevenir o desenvolvimento de bactérias na boca, além de ter propriedades anti-inflamatórias. Ele ajuda a combater uma série de problemas bucais, como placa, cáries e mau hálito.
- **Clorexidina:** Reconhecida como o enxaguante bucal mais eficaz contra a formação de placa bacteriana, a clorexidina também é eficaz na prevenção de cáries e gengivite.
- **Óleos essenciais:** Embora possam causar uma leve erosão dentária, os óleos essenciais são conhecidos por inibir a formação de placa e possuir propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes.
- **Fluoretos:** Esses compostos são eficazes na prevenção de cáries, mas não têm impacto significativo na formação de placa bacteriana.
- **Cloreto de cetilpiridínio:** Este componente possui propriedades antimicrobianas e pode ajudar na redução da formação de placa bacteriana e gengivite.

Os enxaguatórios bucais desempenham um papel crucial na higiene bucal, oferecendo uma série de benefícios, como auxiliar na limpeza da boca, prevenir cáries, combater o mau hálito, proteger contra bactérias e reduzir a placa bacteriana e a gengivite. No entanto, é importante enfatizar que eles não substituem a escovação e o uso do fio dental, mas sim complementam essas práticas.

Enxaguatórios Anticáries (fluoretados)

Os enxaguatórios bucais anticáries, que contêm fluoretos, são eficazes na prevenção de cáries, mas não atuam diretamente na formação de placa bacteriana. O fluoreto é um dos componentes ativos presentes em alguns enxaguatórios bucais e é reconhecido por sua eficácia na proteção contra cáries. Portanto, ao escolher um enxaguatório bucal anticáries, é importante considerar a presença de fluoretos em sua composição para obter benefícios adicionais na prevenção de cáries.



Enxaguatórios CONTENDO ANTIMICROBIANOS

Com base nos artigos fornecidos, a avaliação da eficácia antimicrobiana dos enxaguatórios bucais revela a presença de diversos agentes antimicrobianos em sua composição. Alguns dos princípios ativos encontrados nesses enxaguatórios incluem triclosan, cloreto de cetilpiridínio, clorexidina, fluoretos, óleos essenciais, entre outros. Esses agentes desempenham um papel crucial na prevenção de cáries, combate ao mau hálito, proteção contra bactérias e redução da placa bacteriana e gengivite. A diversidade de agentes antimicrobianos presentes nos enxaguatórios bucais destaca a importância de os profissionais de saúde bucal conhecerem adequadamente o espectro de ação de cada agente para prescrever o mais apropriado a cada caso.

Outras soluções (estilo enxaguante bucal)

Além dos enxagatórios bucais tradicionais, existem outras soluções que podem ser utilizadas de forma semelhante a um enxaguante bucal. Algumas opções incluem:

- Solução Salina

Uma solução simples de água e sal que pode ajudar a aliviar a dor de garganta, reduzir a inflamação e promover a cicatrização de pequenas lesões na boca.

- Água Oxigenada Diluída

Pode ser usada como enxaguante bucal para ajudar a desinfetar a boca, especialmente em casos de feridas ou infecções leves.

- Chá de Camomila

Com propriedades anti-inflamatórias e calmantes, o chá de camomila pode ser utilizado como enxaguante bucal para aliviar irritações na boca.

- Óleo de Coco

O óleo de coco pode ser utilizado como enxaguante bucal natural, conhecido como oil pulling, para promover a saúde bucal e combater bactérias.

Essas alternativas podem ser úteis em situações específicas, mas é importante lembrar que não substituem a eficácia dos enxagatórios bucais convencionais, especialmente no que diz respeito à prevenção de cáries, combate ao mau hálito e proteção contra bactérias. Sempre consulte um profissional de saúde bucal para orientações personalizadas sobre o uso dessas soluções.

PERGUNTAS FREQUENTES

Qual a idade mínima para utilização de enxagatórios?

A idade mínima para a utilização de enxagatórios pode variar de acordo com o produto específico e as recomendações do fabricante. Geralmente, enxagatórios bucais não são recomendados para crianças muito novas, devido ao risco de ingestão acidental do produto. Recomenda-se sempre consultar um dentista ou pediatra para obter orientações específicas sobre o uso de enxagatórios em crianças.

Enxagatórios bucais são recomendados para todas as pessoas, como um passo adicional na higienização?

Os enxagatórios bucais podem ser recomendados como um passo adicional na higienização bucal, mas essa recomendação pode variar de acordo com as necessidades individuais de cada pessoa. Alguns enxagatórios bucais são indicados para auxiliar na redução da placa bacteriana, no combate ao mau hálito ou no controle de gengivite, por exemplo. No entanto, é importante ressaltar que o uso de enxagatórios não substitui a escovação dos dentes e o uso do fio dental. Recomenda-se sempre consultar um dentista para obter orientações personalizadas sobre o uso de enxagatórios bucais.

Existe algum enxaguatório capaz de substituir a escovação?

Não, atualmente não existe nenhum enxaguatório bucal capaz de substituir completamente a escovação dos dentes. A escovação é fundamental para remover a placa bacteriana, restos de alimentos e prevenir problemas dentários, como cáries e doenças gengivais. Os enxaguatórios bucais podem ser um complemento na higienização, mas não substituem a escovação regular dos dentes, o uso do fio dental e visitas regulares ao dentista.

Por que há álcool em vários produtos?

O álcool é frequentemente incluído em produtos, como enxaguatórios bucais e desinfetantes, devido às suas propriedades antimicrobianas, que ajudam a matar bactérias e outros microrganismos. No entanto, o uso de álcool em alguns produtos pode causar sensibilidade ou irritação em algumas pessoas. Além disso, em produtos como enxaguatórios bucais, o álcool pode contribuir para o ressecamento da mucosa oral em algumas pessoas. Por isso, é importante estar atento aos ingredientes dos produtos e, se houver alguma preocupação com relação ao álcool, é recomendável buscar alternativas sem esse componente.

Como devem ser usados os enxaguatórios contendo fluoreto?

Os enxaguatórios contendo flúor são utilizados como um complemento à higiene bucal, especialmente para ajudar a prevenir a cárie dentária. Geralmente, o uso recomendado é enxaguar a boca com o produto por cerca de 30 segundos a 1 minuto, após a escovação dos dentes. É importante seguir as orientações do fabricante quanto à quantidade a ser utilizada e a frequência de uso, pois o excesso de flúor pode ser prejudicial à saúde bucal. Recomenda-se também evitar comer ou beber imediatamente após o uso do enxaguatório com flúor, para permitir que o flúor permaneça em contato com os dentes por mais tempo.

Há indicação de enxaguatórios após o clareamento?

Após um procedimento de clareamento dental, é recomendável aguardar alguns dias antes de iniciar o uso de enxaguatórios bucais, especialmente aqueles que contenham álcool ou corantes fortes. Isso ocorre porque os dentes podem estar mais sensíveis logo após o clareamento, e alguns ingredientes presentes em enxaguatórios podem causar desconforto ou interferir nos resultados do clareamento. Sempre é importante seguir as orientações do dentista responsável pelo procedimento de clareamento, pois ele poderá fornecer recomendações específicas para o seu caso.

Quais as indicações dos enxaguatórios contendo clorexidina?

Os enxaguatórios contendo clorexidina são frequentemente indicados em situações específicas, como no tratamento de gengivite, após procedimentos cirúrgicos na boca ou em casos de necessidade de controle de placa bacteriana. A clorexidina tem propriedades antimicrobianas potentes e pode ajudar a reduzir a quantidade de bactérias na cavidade oral, auxiliando no controle de infecções e inflamações. No entanto, seu uso prolongado pode causar efeitos colaterais, como manchas nos dentes e alteração do paladar, por isso é importante seguir as orientações do dentista quanto à frequência e duração do uso desse tipo de enxaguatório.



A limpeza interproximal é um componente crucial do autocuidado, porque essa região que geralmente causa inflamação gengival não é acessível para escovar os dentes. A falta de uso de qualquer tipo de recurso para remover o biofilme proximal com frequência pelos pacientes (apenas dez a 30% deles fazem). A formação de hábito é o primeiro objetivo e pode ser o mais difícil.



É fundamental que os pacientes saibam que não devem interromper a limpeza interdental quando ocorre sangramento, pois ele indica a necessidade de um cuidado maior. A escolha do método de limpeza interdental mais adequado não pode ser generalizada, pois dependem de fatores como o tamanho do espaço entre os dentes, habilidade manual e motivação do paciente. Apesar da importância do uso do fio dental na higiene bucal, não existem evidências definitivas sobre sua eficácia na redução da inflamação gengival e prevenção de cáries. A falta de eficácia do fio dental em alguns casos pode estar relacionada à maneira incorreta de utilizá-lo. Quanto à cárie, a restrição de sua ação individual está associada ao processo de desenvolvimento da doença, o qual é mais influenciado pela presença de carboidratos fermentáveis e pelo nível de fluoreto do que pela eficácia no controle do biofilme em si. É importante ressaltar que o uso do fio dental geralmente ocorre após a desmineralização ter começado (devido à exposição a açúcares na alimentação), e que a remoção mecânica do biofilme com o fio não reverterá essa perda mineral.

Os fios e fitas dentais são fabricados com materiais como nylon, polipropileno, politetrafluoretileno (PTFE) ou outros adequados, podendo ou não ser revestidos com substâncias para facilitar o deslizamento e com sabores. Não há comprovação de que um tipo específico de fio seja mais eficaz na redução da gengivite do que outro.

Fibras enceradas podem ter uma boa fricção com a superfície entre os dentes, ajudando na remoção de resíduos. Por outro lado, fios altamente deslizantes (como os de Teflon) auxiliam na passagem por espaços apertados. O uso de fio dental com haste é recomendado para crianças e adolescentes se habituarem, bem como para pessoas com dificuldades com fio convencional. Adicionar sabores visa estimular a sua utilização. Estes fatores podem afetar a escolha, não por serem superiores, mas visando aumentar a adesão ao propósito. Modeladores de fio e fios específicos para aparelhos ortodônticos e próteses fixas estão disponíveis, no entanto, requerem treinamento por parte do paciente. Apesar de o uso de um fio dental não encerado contendo clorexidina 2% ter se mostrado mais eficaz na diminuição do biofilme entre os dentes acima da gengiva em comparação com o fio dental não encerado convencional, não foi observada superioridade no que diz respeito aos índices de sangramento. Em relação ao flúor, mesmo que seja possível aplicá-lo diretamente na região entre os dentes com fios impregnados, não há evidências de benefícios clínicos adicionais no combate às cáries em indivíduos que utilizam pasta de dentes com flúor.

A limpeza interproximal deve ser feita antes ou depois da escovação?

Não há impacto na ordem em que a limpeza interproximal for feita, apenas ter o hábito de fazê-la é o necessário.

Qual a indicação dos limpadores de língua?

A língua é rica em microorganismos, células descamadas e resíduos de alimentos, conhecida como saburra lingual. A remoção dessa saburra é muito importante na higienização e contribui para a prevenção e tratamento da halitose de origem bucal. Os limpadores de língua se mostraram superiores às escovas dentais na redução dos compostos sulfurosos voláteis (CSV), e não causa a sensação de ânsia vômito. A técnica de melhor uso é a de “varrer” (cuidadosamente, da região posterior para a frente).



Dentífricos são produtos utilizados para levar substâncias a cavidade bucal, assim, auxiliando na redução da cárie, das doenças gengivais, periodontais, halitoses entre outras.

ASPECTOS BÁSICOS

É possível encontrar uma variedade de dentífricos no mercado, cada um com sua especificidade, com diferentes principais ativos:

- Fluoretados,
- Anti Cálculo,
- Dessensibilidade,
- Anti gengivite,
- Clareadores.

Dentífricos Fluoretados

O flúor presente na composição desses dentífricos tem a capacidade de interferir no começo e no desenvolvimento da doença cárie, e manter o equilíbrio da flora bucal além de causar desordem no metabolismo dos microorganismos. Pelo método de inibição das enzimas glicolíticas.

Principais formas de flúor= Usadas nos dentífricos, são fluoreto de sódio (NAF), o monofluorfosfato de sódio (MFP) e o fluoreto estranhoso (SmF₂).

Dentífricos Anticálculo

Os dentífricos anticálculo auxiliam apenas na formação do cálculo dentário.

A Redução de cálculos tem sido observados em dentífricos com princípio ativo contendo pirofosfatos, gontrez ou zinco. O uso de dentífrico a base de pirofosfato resulta na estabilização da fase inicial da calcificação da placa bacteriana pois o pirofosfato se junta aos cristais de cálcio dental.

Também temos o citrato de zinco com a sua ação antimicrobiana reduz a colonização e consequentemente a formação da placa bacteriana e do cálculo. O hexametafosfato de sódio ajuda a prevenir mineralização do biofilme bacteriano.

Dentifrício Dessensibilizantes

Quando há retração gengival á raiz dos dentes fica exposta causando hipersensibilidade e dor em alguns casos, é onde entra os dentifrícios dessensibilizantes, são alguns exemplos de agentes dissensibilizantes o nitrato de potássio, o cloreto de sódio e o hidróxidodecálcio.

Dentifrícios clareadores

Não apresentam efeitos de clareamento intrínseco, apenas o efeito de remoção de manchas extrínsecas, existem inumeros dentifrícios que prometem o clareamento dental, quando realmente o que se entrega é a remoção de manchas.

Dentifrícios Antigengivite

O triclosan presente nos dentifrícios é um antimicrobiano não iônico, de baixa toxicidade com largo espectro de ação antimicrobiana que não provoca desequilíbrio da microbiota bucal. O seu principal ativo de atuação é a membrana citoplasmática bacteriana, por apresentar rápida liberação, sua substantividade é baixa, porém quando associado a outros produtos, como o copolímero polivinilmetil metacrilato é ácido maléico (PVM/MA-Gantrez), o tempo de retenção na cavidade bucal aumenta. O citrato de zinco age por sinergismo com o triclosan aumentando seu efeito antibacteriano e o gantrez aumenta sua permanência na boca. Constata-se portanto que os dentifrícios com triclosan, associados ao gantrez atendem as especificações de reduzir o biofilme dentário, melhorando também os quadros inflamatórios da gengivite (Gengivite).



PERGUNTAS FREQUENTES

Quais as indicações dos dentífricos contendo clorexidina??

Os benefícios fluoretados com clorexidina a 0,5% parecem ser os mais indicados para controlar a gengivite através da redução do biofilme.

Dentífricos herbais ou fitoterápicos tem benefícios antigengivite?

Os estudos indicam que associação dos agentes fitoterápicos ou herbais aos dentífricos resultam em uma potencialização do efeito antimicrobiano alguns compostos oriundos de produtos naturais além de ações locais podem ajudar na prevenção de doenças sistêmicas para que as plantas medicinais sejam mais utilizadas na odontologia são necessárias mais evidências científicas quanto à prevenção de patologias bucais.

Dentífricos contendo antimicrobianos tem efeito na halitose?

Ajudam, mas se não houver uma limpeza correta da cavidade bucal não fará diferença.

Pacientes em tratamento com aparelhos ortodônticos fixos podem ser beneficiado o uso de dentífricos com efeito antigengivite?

Sim, pacientes em tratamento com aparelho ortodôntico fixo pode ser beneficiado do uso de dentífricos com efeito antes de dividir. Esses produtos ajudam a prevenir e reduzir a inflamação das gengivas, que é comum durante o tratamento ortodôntico devido à dificuldade de higienização, no entanto é importante sempre seguir as orientações do seu ortodontista e manter uma boa rotina higiene bucal.

Porque os dentífricos dessensibilizantes não devem ser utilizados indiscriminadamente sem avaliação do profissional de saúde bucal?

É importante destacar que os dentes frios com ação dessensibilizante não devem ser utilizados indiscriminadamente pois podem mascarar problemas subjacentes que precisam de atenção profissional a sensibilidade dentária pode ser um sintoma de problemas dentários mais sérios como cáries ou infiltrações é crucial buscar orientação do cirurgião-dentista para identificar as causas diagnosticar e decidir o melhor tratamento.

Por quanto tempo devem ser utilizados os dentífricos dessensibilizantes?

Os dentífricos com ação dessensibilizantes podem levar algumas semanas de uso regular para proporcionar alívio da sensibilidade, mas o tempo exato varia de acordo com cada caso e a resposta individual ao tratamento.

A fluorose dentaria pode ser causada pelos dentífricos?

O flúor é um composto químico muito importante para doença da fluorose dentaria, e que está relacionada a altas concentrações de flúor, e que por consequência causam intoxicação podendo ser aguda ou crônica. Essa intoxicação é causada pelo excesso de dentífricos, surgindo manchas brancas ou marrons nos dentes.

PRODUTOS NÃO RECOMENDADOS QUE PREJUDICAM A SAÚDE BUCAL

Implicações na saúde bucal sobre a utilização de cremes dentais a base de carvão ativado:

Os clareadores com base de carvão ativado, vem ganhando destaque através das redes, com intuito de prevalecer a ideia de que proporciona o mesmo resultado de um clareamento feito no consultório com o profissional dentista. A utilização desses compostos podem trazer consequências significativas para o dente como a rugosidade no esmalte, sensibilidade e o desgaste. Portanto, vale destacar que o uso de qualquer técnica sem a supervisão de um profissional capacitado podem contribuir para danos consideráveis a saúde bucal.

O uso do carvão ativado como prática clareadora tomou espaço por proporcionar um custo mais acessível e conseqüentemente um dente 'branco'. Esses clareadores prometem um resultado de um dente limpo, branco e a redução das manchas amareladas. Porém, se tratando de um produto escuro/preto ele traz uma falsa impressão de um dente limpo por fazer destaque com os dentes brancos, causando uma ilusão se realmente estão brancos ou não. Há indícios que o carvão ativado realmente faz um papel clareador, porém por trazer prejuízos ao dente, não é a melhor conduta quando o assunto é relacionado ao clareamento.



https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4443090/mod_resource/content/1/Biofilmes_2018_Noturno.pdf

<https://repositorio.usp.br/item/001697970>

https://journals.asm.org/doi/10.1128/microbiolspec.mb-0001-2014?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori%3Arid%3Acrossref.org&rfr_dat=cr_pub++0pubmed

<https://mybestdentists.com/news/tho/22fbdacfc15f49eefa823d373042eab8e250d503906cd9cf3a8874c93b4b0433.jpg?i=390&t=1622754771>

<https://www.abadendentistas.com/wp-content/uploads/2021/04/biofilm-dental.jpg>

<https://www.herrero.com.br/files/revista/file88d5a71923a6cdfa26d40db3a0cd592c.pdf>

<https://institutoscientia.com/wp-content/uploads/2022/08/capitulo-odontologia-7.pdf>

<https://www.odonto.ufmg.br/ecv-odr/wp-content/uploads/sites/23/2022/05/Manual-com-Perguntas-e-Respostas-Prescricao-de-Produtos-de-Higiene-Oral-e-Aplicacao-Profissional-de-Fluoretos.pdf>

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-da-pessoa-idosa/saude-bucal>

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_tematico_pse_saude_bucal.pdf

<https://bvsms.saude.gov.br/saude-bucal-16/>

Saúde bucal - Cuidados que refletem na saúde geral - Instituto Federal do Espírito Santo, Artigo Aspectos microbiológicos da cárie dental, Estudo epidemiológico do mau hálito na cidade de Bauru-Centro universitário sagrado coração.

BIBLIOGRAFIA

<https://www.loja.curaprox.com.br/conteudo/44/Como-usar-a-sua-escova-interdental-corretamente-link>

http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1981-86372012000300011&script=sci_abstract

<https://revistas.ufg.br/fen/article/download/41480/24963/212176>

<https://conceitos.com/bucolico/>

<https://eapgoias.com.br/enxaguante-bucal-odontologia/>

Artigo- Avaliação da eficácia antimicrobiana dos enxaguatórios bucais contendo como princípios ativos o triclosan, cloreto de cetilpiridínio e óleos essenciais.

https://sorrisologia.com.br/w/saude-bucal-do-idoso-conheca-os-principais-cuidados-durante-a-melhor-idade_a232

<https://www.clinicadentalfuset.com/wp-content/uploads/sarro-w-768x362.jpg>