

# Grada de bactérias

## PREVENÇÃO

- Para prevenir as doenças periodontais, o ideal é manter uma rotina de higiene bucal, com uso do fio dental ou escova interdental, escovação adequada e individualizada, além de atividade física e alimentação saudável, para evitar ou controlar diabetes e obesidade. Evitar o tabagismo e fazer avaliação odontológica com intervalos de no máximo um ano também é fundamental.

Yaldo Vinigo/CB/D.A. Press



## Palavra do especialista

### Existem fatores que aumentam a propensão a essas infecções?

Diabetes não controlada e tabagismo são as principais condições que podem predispor ou agravar uma doença periodontal. O tabagismo aumenta em até 10 vezes o risco de alguém ter periodontite. E pacientes que fumam cigarros ou vaporizadores, narguilés com nicotina, podem ter um dos principais sinais, que é o sangramento gengival reduzido. A doença fica, dessa forma, mascarada e, por vezes, só se percebe que há algo errado quando o dente começa a apresentar mobilidade. Depressão, obesidade e estresse crônico também têm sido relatados como fatores predisponentes, pois prejudicam a imunidade.

### Como evitar a proliferação dessas bactérias e a infecção, tanto na boca quanto em outros órgãos?

A cavidade bucal já é colonizada por essas bactérias que causam a doença periodontal. Porém, o descuido com a falta ou o mal uso do fio dental, principalmente, e com a escovação, podem levar a um desequilíbrio, no qual bactérias mais patogênicas (mais capazes de produzir a doença) podem aumentar de proporção em relação às bactérias mais benéficas. O uso contínuo e bem realizado do fio dental e da escovação ajudam a evitar que esse desequilíbrio ocorra, juntamente com o crescimento exagerado do biofilme dental. Como a gengivite e periodontite, na maioria das vezes, não causam dor, é importante que as pessoas façam exames com intervalos de seis meses a até um ano. Em hospitais, é necessária a atuação de cirurgiões-dentistas em pacientes internados.

### Por que alguns estudos falam que não se deve fazer limpeza dentária no tratamento de pacientes com periodontite?

Se o paciente que possui periodontite realizar apenas a limpeza de consultório e não a raspagem e a descontaminação das raízes de forma adequada, pode ocorrer a agudização em poucas semanas ou meses. Isso é bem descrito na literatura. Em casos de bolsas periodontais profundas, a limpeza pode fechar a bolsa, caso o procedimento de descontaminação das raízes não seja realizado em seguida, o que leva a abscessos graves. Não é, porém, que o paciente não deva fazer a limpeza. Pelo contrário, precisa realizar. Mas, se for diagnosticado periodontite, o dentista deve estar atento, avisar o paciente de sua condição e sempre controlar infecções antes de dar continuidade a qualquer outro procedimento.

Sérgio Braga é mestre em periodontia pela Universidade Guarulhos (UnG/SP), doutor em microbiologia e imunologia pela Unicamp/SP e Université Laval, no Canadá, cirurgião-dentista em consultório particular e professor no Instituto Ifar/DF