



Hermann Blumenau - Complexo Educacional
Curso Técnico em Saúde Bucal

Técnicas em Higiene Dental

Professor: Bruno Aleixo Venturi

CONTEÚDO



Técnicas de escovação

Nutrição

Flúor

Enxaguatórios

Escovas dentárias

Cremes dental

Higiene de bebês

Higiene para ortodontia

Higiene Próteses

História

O primeiro instrumento identificado como uma escova de dentes não passava de um pequeno graveto, mais ou menos do tamanho de um lápis, com as pontas desfiadas formando uma escova.

Com cerca de 5 mil anos, o apetrecho foi encontrado em uma tumba egípcia.



História

No final do século 15, os chineses criaram a primeira escova com aparência semelhante à que temos hoje.

O acessório era confeccionado com pêlos de porco amarrados em varinhas de bambu ou pedaços de ossos e tornou-se muito popular na Europa. As famílias dividiam o uso de uma única escova entre todos os membros.



Saúde é um estado de harmonia e equilíbrio funcional do corpo.

Manter uma boca saudável é importante para o bem-estar integral do ser humano.



Qual o intuito de escovar os dentes ?

A escovação tem como função primário remover e/ou desorganizar o biofilme dental. Além deste objetivo, a escovação é igualmente estratégica para fazer com que o flúor esteja disponível na cavidade bucal por meio do dentífrico.



Microbiologia oral

- Não deixar as bactérias se organizarem.
- Amadurecimento do biofilme dental.
 - Doenças como cárie, gengivite
 - Difícil remoção



Qual o objetivo do fio dental ?

O fio dental tem como objetivo a remoção da placa bacteriana em locais onde a escova dental não consegue chegar, como sulcos gengivais.



Uma pesquisa recente, no entanto, descobriu que um número considerável da população adulta nos EUA é desonesta com seu dentista sobre a frequência.

A pesquisa foi feita on-line em março de 2015 dentre mais de 2.000 adultos de Nova York, Los Angeles, Chicago, Filadélfia, Dallas-Fort Worth, São Francisco, Boston, Washington, Atlanta e Houston. Ela foi encomendado pela Academia Americana de Periodontia (AAP).

Cerca de 27% dos participantes admitiram que mentem ao seu dentista sobre a frequência com que usam fio dental nos dentes. Além disso, cerca de 14% declararam que prefeririam limpar o banheiro ao invés de usar o fio dental.

Quantas vezes é necessário escovar os dentes ?

Do ponto de vista microbiológico, a maturação da placa bacteriana leva em torno 24 horas.

Porém recomendamos 3 vezes ao dia por não ser possível garantir que todo paciente atinja 100% da área dos dentes em uma única escovação diária.





Protege contra as bactérias por até
12 horas.

- ✓ Dentes
- ✓ Bochechas
- ✓ Gengiva
- ✓ Língua



esforço ao escovar os dentes para se sentirem aliviadas. Como dentista, fiquei feliz por termos conseguido controlar a formação de bactérias apenas com um enxaguante, porque a maioria das pessoas passa apenas 46 segundos escovando os dentes. Todos os nossos estudos mostraram que o tempo médio de escovação é inferior a 50 segundos. E se você gasta menos que dois minutos escovando os dentes, você não está realizando uma higiene adequada. A escovação deve ser eficiente e completa, levando cerca de 120

* Sendo a média em 46 segundos.

C veja.abril.com.br/noticia/ciencia/nao-precisaríamos-escovar-os-dentes-se-quisessemos/

Entrar | One sua conta

veja | Ciência

/ CIÊNCIA

"Não precisamos escovar os dentes", diz especialista

Pesquisa já demonstrou que enxaguante bucal é tão eficaz quanto escovas de dente com sucesso

Por Marco Túlio Pires | 03/08/2010 às 22:17 - Atualizado em 16/08/2010

[Compartilhe no Facebook](#) [Compartilhe no Twitter](#)

"Durante dois anos, os pacientes só enxaguavam a boca duas vezes por dia. Conseguimos controlar o problema de placa bacteriana e de gengivite"

Paul Warren



sem escovar os dentes. Ele conduziu uma pesquisa em pacientes, que, durante dois anos, deixaram as escovas de dente de lado e utilizaram somente um enxaguante bucal chamado clorexidina. Resultado: todos os problemas com doenças associadas a bactérias, como cáries e gengivite, foram controlados completamente. Mas o pesquisador britânico descobriu também que, apesar da pouca paciência para escovar os dentes, os seres humanos adoram a sensação de "dever cumprido" após a escovação - e que algumas bochechadas não eram suficientes para substitui-la.

Warren é o vice-presidente de assuntos sobre a saúde bucal da P&G, grupo que controla a marca Oral-B. Ele já escreveu mais de 100 artigos sobre o controle mecânico e químico das bactérias na boca e, na última semana, esteve no Brasil, em Salvador, para o congresso da Associação Mundial Dentária. Warren explicou a VEJA.com porque o enxaguante bucal ainda não está nas

Por que é importante ter uma alimentação correta?

A alimentação rico em carboidratos e açúcares contribuem muito para a produção dos ácidos.

Estudos comprovam uma predisposição por esse substrato elevando consideravelmente o número da bactérias patôgenicas



Qual escova indicar?



Qual escova indicar ?

Atualmente o mercado oferece inúmeros tipos de escovas gerando dúvida em qual escolher. Para uma escolha correta deve-se observar três características essenciais:

As cerdas devem ser macias ou extra-macias, para que não agridam a gengiva, provocando retrações radiculares. Além disso, o uso contínuo de cerdas duras causam desgaste no esmalte.

A cabeça deve ser pequena, para facilitar o acesso à todas as regiões a serem escovadas.

As cerdas devem ser de comprimento similar, para que atuem na higienização do dente de forma uniforme e sem traumatizar a gengiva ao redor.



Qual escova indicar?

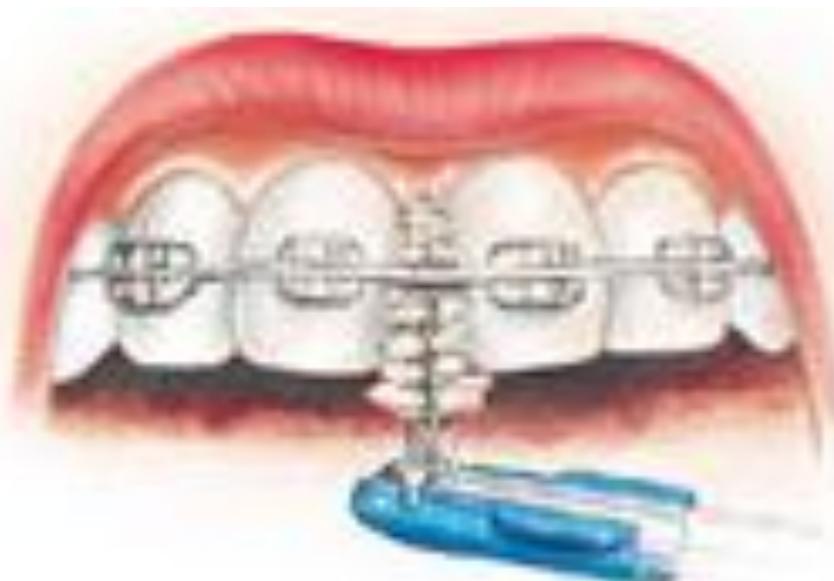
Pacientes com dificuldade motora (Parkinson, artrite ou artrose severas, vítimas de derrames ou AVC, deficientes mentais, etc) podem melhorar a qualidade da escovação com o uso de escovas elétricas.





Tipos de escovas ?

A escova interdental é indicado para aparelhos ortodônticos e uso de próteses.



Dedeira

A boca e a gengiva deverão ser limpas com fralda, gaze ou dedeira umedecidas, antes mesmo dos dentes erupcionarem.

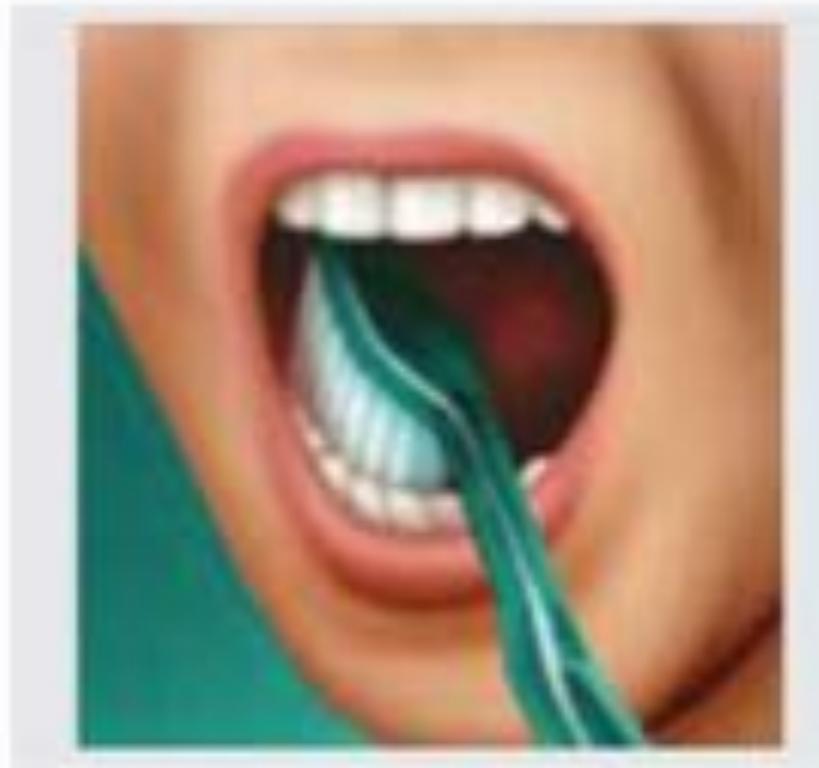


Quando trocar ?

Devemos trocar a cada 3 meses as escovas devidos aos desgastes das cerdas, consequentemente a perda da eficiência.



Técnicas corretas de escovação (Técnica bass modificada)



Coloque a escova em um ângulo de 45 graus em relação à gengiva.
Movimente a escova, afastando-a da gengiva.

Escove delicadamente as partes internas, externas e de mastigação de cada dente com movimentos curtos de trás para frente.

Com cuidado, escove a língua para remover bactérias e purificar o hálito.

Sempre instruir os pacientes com técnicas corretas de higiene bucal e indicar as áreas que exigem atenção extra durante a escovação e o uso do fio dental.



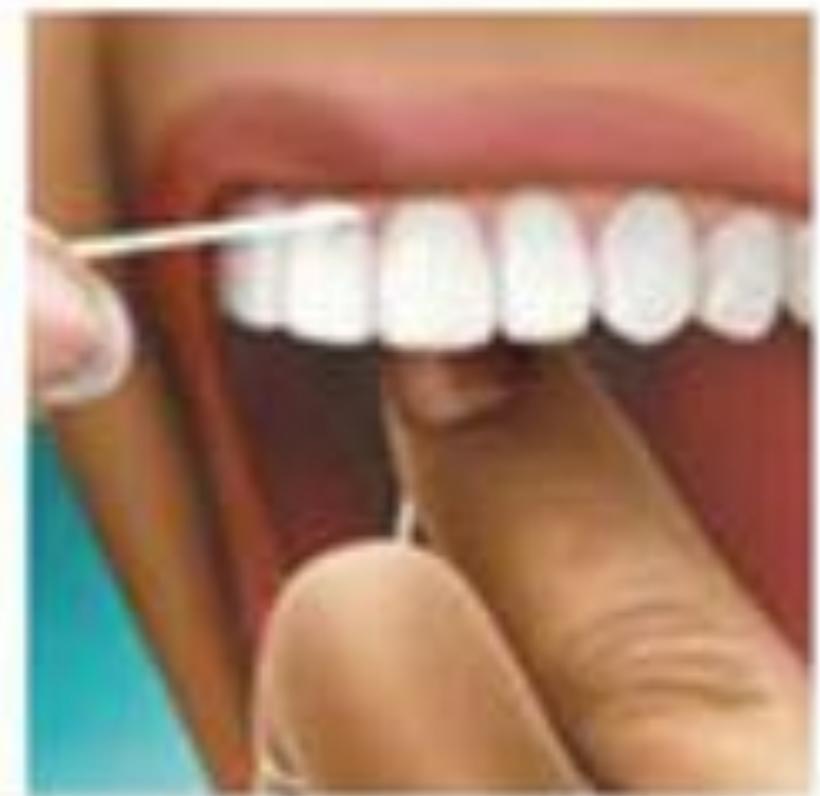
Uso correto do fio dental



Use aproximadamente 40 centímetros de fio, deixando um pedaço livre entre os dedos.



Siga, com cuidado, as curvas dos dentes.



Assegure-se de limpar além da linha da gengiva, mas não force demasiado o fio contra a gengiva.

Fio dental vs Fita Dental

A diferença entre eles é a espessura. Arcadas com dentes mais juntos vão ter mais facilidade em usar a fita dental, passando melhor por espaços mais apertados.



Raspadores linguais



O raspador lingual é a forma mais eficiente de remover restos alimentares da língua com menor desconforto.



Tipos de dentifrícios

Composto na maioria das vezes por fluoreto de sódio, podendo ser acompanhado com outras substâncias como abrasivos, agentes clareadores, substâncias anti-sensibilizantes, dentre outros.



Prótese total

- A prótese deve ser higienizada com escova e sabão neutro.
- Hipoclorito de sódio (água sanitária) diluído em água.





FLÚORTERAPIA

O flúor é um mineral natural encontrado em toda a crosta terrestre e largamente distribuído pela natureza.

A fluoretação das águas de abastecimento público se tornou obrigatória durante o governo do ex-presidente Ernesto Geisel, por lei federal, em 1975.



O flúor é um mineral natural encontrado em toda a crosta terrestre e largamente distribuído pela natureza.

A fluoretação das águas de abastecimento público se tornou obrigatória durante o governo do ex-presidente Ernesto Geisel, por lei federal, em 1975.



Como o flúor atua?

O flúor contribui no processo de remineralização dos dentes através da fluorapatita e hidroxiapatita fluoretado.

O flúor diminui a solubilidade do esmalte, pois funciona como catalisador desses ións perdidos na forma de hidroxiapatita.

Flúor acidulado

Flúor fosfato acidulado 1,23%.

Indicado para prevenção da doença cárie.

Pode pigmentar restaurações em resinas e porcelana.



Flúor neutro

Fluoreto de sódio 2%.

Não mancha restaurações



A melhor forma de cuidar e mais barata é a
prevenção.

