

4 TÉCNICAS DIFERENTES DE ESCOVAÇÃO QUE VOCÊ PODE CONSIDERAR NO SEU CONSULTÓRIO



Quando se fala na importância da higiene para a prevenção de cáries, tártaro, doença periodontal e outros transtornos que afetam a saúde bucal, a correta orientação dos pacientes quanto à escovação é um procedimento fundamental no cotidiano do consultório odontológico.

Vamos falar de 4 técnicas de escovação que você pode ensinar aos seus pacientes, para que eles sejam capazes de realizar uma higiene bucal eficiente e adequada. Confira:

1. TÉCNICA DE BASS

Essa técnica é indicada para pacientes com [doença periodontal](#) e permite a limpeza do sulco gengival sem causar ou agravar lesões na gengiva.

A escova deve ser posicionada em um ângulo de 45º em relação ao eixo longitudinal dos dentes. Os movimentos de escovação devem ser curtos e vibratórios, sem força excessiva e no sentido ântero-posterior, mantidos por cerca de dez segundos em cada região alcançada pela escova.

Na face mastigatória dos dentes os movimentos de escovação também devem ser curtos e anteroposteriores, porém é permitido usar maior pressão para limpeza dessa área.

2. TÉCNICA DE FONES

Indicada para [crianças](#) em idade pré-escolar, essa técnica também pode ser ensinada para pacientes que têm pouco tempo para realizar a escovação durante o dia.

Posicionando-se a escova num ângulo reto em relação aos dentes, devem ser realizados movimentos circulares suaves em todas as superfícies dos dentes, com exceção da face mastigatória, na qual devem ser realizados movimentos ântero-posteriores.

3. TÉCNICA DE ESFREGAR

Para pacientes que não estão habituados com os cuidados de higiene bucal, essa técnica de escovação é ideal devido à sua simplicidade.

A escova deve ser posicionada num ângulo reto em relação aos dentes, com movimentos para frente e para trás (movimentos de esfregação). Para facilitar a aprendizagem, o paciente pode manter a boca aberta durante a escovação, para visualizar e entender os movimentos.

4. TÉCNICA DO ROLO

Não há uma indicação específica para essa técnica de escovação, que consiste na realização de movimentos giratórios (de rolo) no sentido coronal, com as cerdas da escova posicionadas a 45º em relação a todas as faces dos dentes, exceto a superfície mastigatória, na qual a escova deve ser posicionada em ângulo reto e os movimentos realizados devem ser de esfregação no sentido anteroposterior.

Agora que você já conhece quatro técnicas de escovação que podem ser ensinadas aos seus pacientes, saiba mais sobre os tipos de escova de dentes e o limpador de língua.

A ESCOVA DE DENTES E O LIMPADOR DE LÍNGUA

A escolha correta da [escova de dentes](#) faz toda a diferença na eficácia da escovação. Em geral, os pacientes devem ser orientados a usar escovas de base arredondada, cerdas macias e de superfície plana, com uma cabeça de tamanho que permita alcançar os últimos molares.

Entretanto, caso o seu paciente seja usuário de [aparelhos ortodônticos](#) ou [implantes](#), você pode indicar a ele os modelos especiais de escova para higiene bucal nesses casos.

Também é extremamente necessário conversar com os pacientes sobre a importância da [limpeza da língua](#), que deve ser feita ao menos uma vez por dia com a ajuda de um limpador.

O DIFERENCIAL QUE COMPLEMENTA A ESCOVAÇÃO

Para complementar a escovação e fazer uma higiene bucal adequada, é importante orientar o seu paciente sobre o uso do fio dental. Sem ele é impossível remover o acúmulo da placa entre os dentes, o que pode causar cáries, tártaro e gengivite.