

# Promoção de Saúde e Prevenção Saúde Bucal



**cecom**



# SAÚDE BUCAL



# Saúde Bucal



**FIQUE ALERTA!**

# Saúde Bucal

## HALITOSE



# Saúde Bucal

BUCAIS (**são as mais frequentes**) :

- ▶ Higiene bucal deficiente
- ▶ Saburra lingual
- ▶ Cárie
- ▶ Doença periodontal
- ▶ Próteses ou restaurações mal adaptadas ou defeituosas
- ▶ Xerostomia (deficiência de saliva)



# Saúde Bucal

## CAUSAS EXTRABUCAIS

Algumas doenças estomacais ou hepáticas:

- ▶ Diabetes
- ▶ Tabagismo
- ▶ Estresse
- ▶ Alimentação
- ▶ Hipoglicemia
- ▶ Outras

# Saúde Bucal

## AUTOEXAME BUCAL

Para realizar autoexame bucal primeiramente coloque-se em frente a um espelho em um local bem iluminado.



# Saúde Bucal

## AUTOEXAME BUCAL



Comece pelos lábios: observe se há mudanças de cor e apalpe com os dedos para procurar por áreas mais endurecidas. Vire os lábios, como na imagem e examine a parte interna



Examine a bochecha dos dois lados.



# Saúde Bucal

## AUTOEXAME BUCAL



Observe a língua, apalpe toda a superfície procurando por alterações.



Incline a cabeça para frente e observe embaixo da língua. Não se esqueça de passar o dedo para sentir se há caroços.

# Saúde Bucal

## AUTOEXAME BUCAL



Examine a garganta enquanto diga "AAA" em frente ao espelho



Por último apalpe o pescoço e embaixo da mandíbula, procurando caroços.

# Saúde Bucal



**EVITE REFRIGERANTES**

# Saúde Bucal



Os refrigerantes destacam-se como uma das principais fontes de cárie dental presentes na dieta.

# Saúde Bucal

Depois de consumir refrigerante, faça bochecho com água para remover vestígios da bebida para que o esmalte não fique exposto aos ácidos por muito tempo.



# Saúde Bucal

VOCÊ ESCOVA SEUS DENTES  
DA MANEIRA CORRETA?



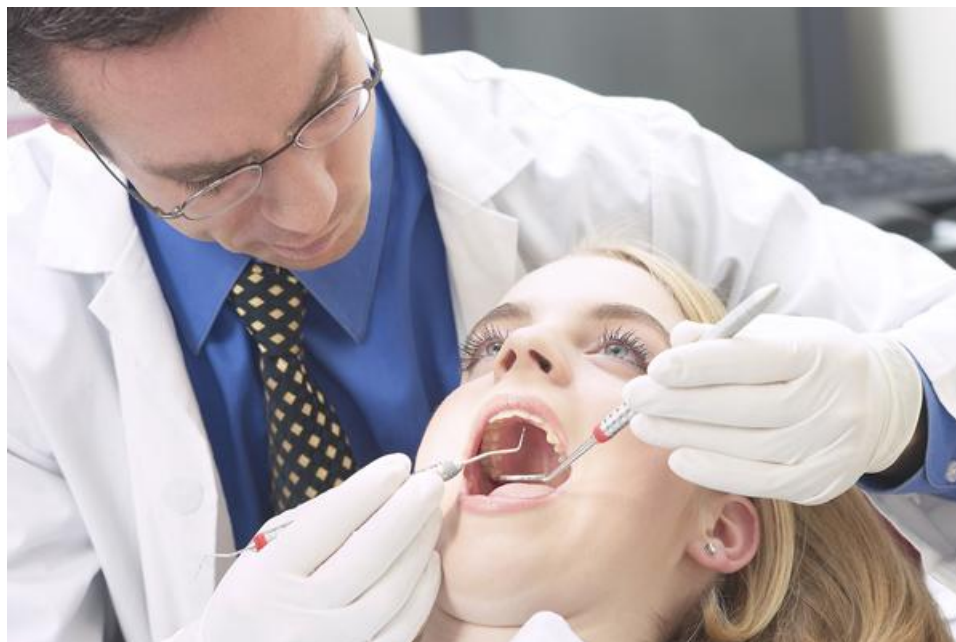
# Saúde Bucal



Troque sua escova de dente a cada 3 meses ou quando perceber que ela está desgastada.



# Saúde Bucal



Previna problemas odontológicos visitando seu dentista a cada seis meses.