



**PORTO
SEGURO**



A importância da saúde bucal na qualidade de vida



Dra Gisele C.Kalil Jorge

Especialista em Implantodontia



PORTO
SEGURO



Todos os indivíduos devem dispor de uma condição de saúde bucal que lhes permita falar; mastigar; reconhecer o sabor dos alimentos; sorrir e viver livre de desconforto, se relacionando com os outros sem constrangimento.

Peterson,2003



PORTO
SEGURO



11% a 14% dos idosos relatam
não sorrir ou dar risadas





PORTO
SEGURO

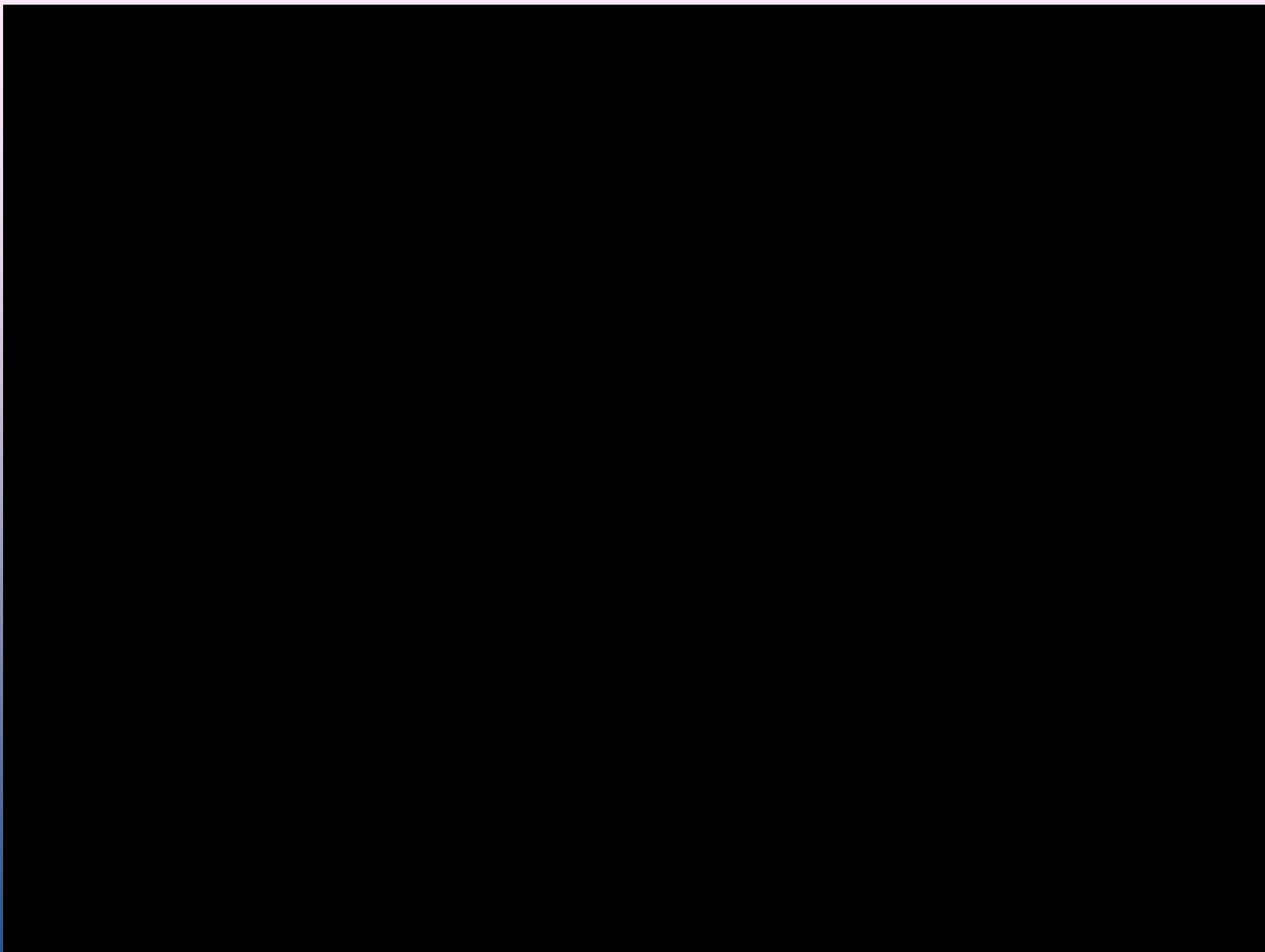




PORTO
SEGURO



Vídeo





estatísticas atuais

- 80% da população mundial tem cárie(5 bilhões de pessoas)
- 50% brasileiros entre 35 e 45 anos já perderam 12 dentes
- 58% não tem acesso adequado a escova dental
- 30 milhões precisam de algum tipo de prótese
- 27milhões nunca foram ao dentista
- 57 milhões de brasileiros tem halitose,sendo maior na faixa etária acima de 65 anos



PORTO
SEGURO



Carga mastigatória

28 a 32 dentes presentes: 100% força mastigatória

Perda total dos dentes: 20% a 25% de força





Edentulismo

É a falta dos dentes
parcial ou total





**PORTO
SEGURO**



Reabilitação oral

Prótese total



Prótese removível





PORTO
SEGURO



Prótese unitária e fixa





PORTO
SEGURO



Implantes unitários





PORTO
SEGURO

A falta dos dentes causa:

Dificuldade na alimentação

Dor de cabeça (crises de enxaqueca)

Dor muscular na região do pescoço

Disfunção da atm



Reabilitação oral

Analgésicos pra crises de enxaqueca
Prescrição de relaxantes musculares
Aplicação do ILIB (Laser terapêutico)





PORTO
SEGURO



Implantes múltiplos





**PORTO
SEGURO**

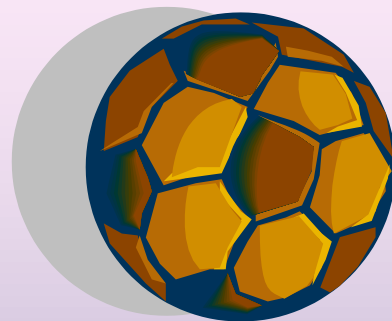


Lentes de contato



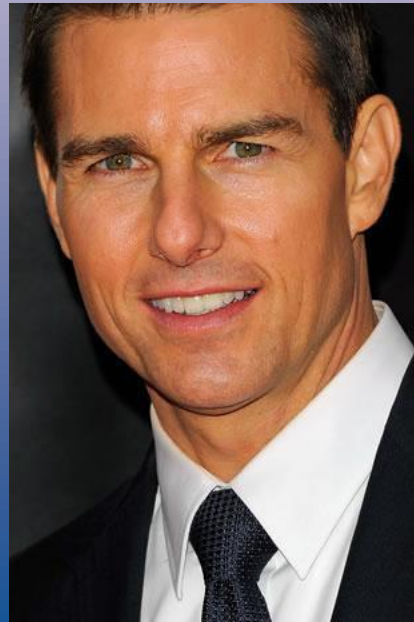


PORTO
SEGURO





PORTO
SEGURO





PORTO
SEGURO



A boca comunica-se com o corpo e vice-versa
Ela é um local propício para **infecções** porque
abriga mais de 500 espécies de microflora que
via corrente sanguínea, podem alcançar diversos
órgãos do corpo





PORTO
SEGURO



Consequências

Pneumonia; sinusite

Endocardite bacteriana(extrações;trauma gengival com sangramento;endodontia mal feita e doença periodontal grave)

Abscesso cerebral

Trombose

Inflamação intestinal e outras...

**Avaliação interdisciplinar é essencial
(dentista com médico geriatra)**



PORTO
SEGURO



Câncer de boca

Sintomas

Lesões que demoram mais de 15 dias para cicatrizar

Manchas vermelhas ou esbranquiçadas na boca

Nódulos(caroços)no pescoço

Rouquidão persistente

Dificuldade para mastigar e engolir

Dificuldade na fala



PORTO
SEGURO



Câncer de boca

Diagnóstico precoce cura de até 80% dos casos, porém, atualmente 60% dos pacientes chegam nos centros já no grau III ou IV (fonte do INCA)

14 mil casos por ano: 11200 homens
3500 mulheres

Sendo 3000 casos só em SP



PORTO
SEGURO



Causas

Fumo

Álcool

Exposição solar

Excesso de peso

Vírus HPV(câncer de orofaringe)



TRATAMENTO

Biópsia

Remoção cirúrgica

Radio e quimioterapia





PORTO
SEGURO



Diabete Mellitus

Diabéticos: apresentam maior índice de **infecções recorrentes**; xerostomia; flora bucal alterada

Passar em consulta rápida e pela manhã

Cirurgias sempre com cobertura antibiótica

Gengivite e periodontite instaladas podem afetar o controle da glicose

422 MILHÕES NO MUNDO

16 MILHÕES NO BRASIL

62% AUMENTO EM 10ANOS

ALIMENTOS QUE SE TRANSFORMAM EM AÇÚCAR NO SEU SANGUE:

pão branco
pão integral
macarrão
macarrão integral
biscoito fit
bolos
biscoitos
torradas
biscoito de arroz
aveia
tapioca
farelo de aveia
grão de bico
arroz

arroz integral
milho
maisena
farinha de arroz
arroz
mel
batata
caldo de cana
sucos de caixinha
refrigerantes
rapadura
etc...



PORTO
SEGURO



Idoso

A partir dos 60 anos:

Alteração óssea devido queda hormonal

Alteração articular (dores na ATM)

Diminuição do fluxo salivar(70% dos remédios usados pelo idoso causam isso)

Xerostomia(boca seca, ocasionado cáries)

Alteração do paladar(relatado por 80% dos pacientes, devido diminuição dos botões gustativos localizados na língua)

Perda percepção sal e açúcar



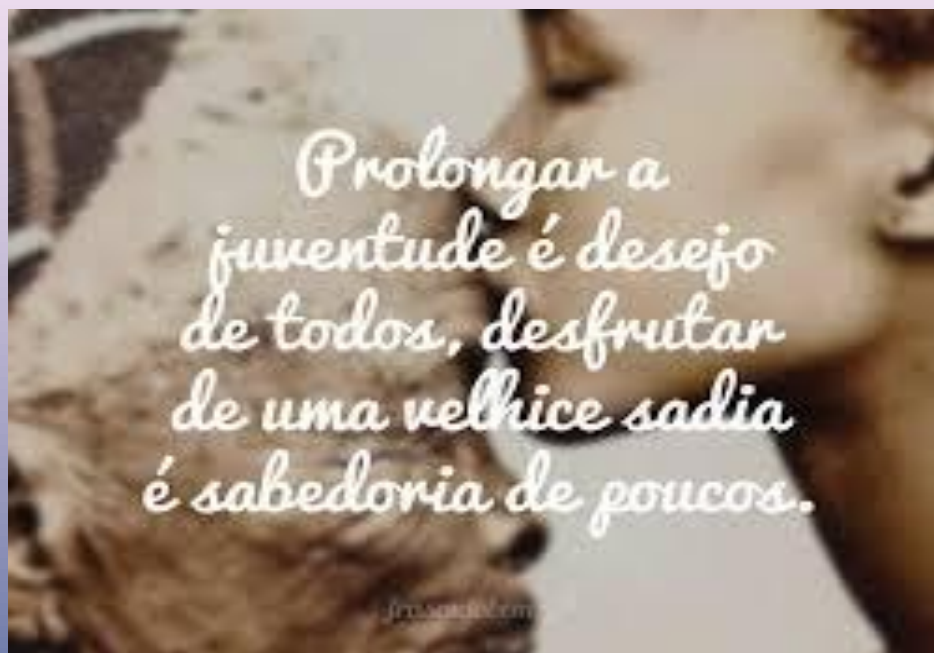
PORTO
SEGURO

Melhor idade?





PORTO
SEGURO





PORTO
SEGURO





PORTO
SEGURO

Vamos substituir?

Mais dicas 📌 @nutrimanuponce



Achocolatado



Cacau em pó



Embutidos



Carnes magras



Tempero
industrializado



Tempero natural



Margarina



Manteiga



**PORTO
SEGURO**



6 ALIMENTOS QUE **DESINTOXICAM**



ABACAXI

é diurético e facilita
a digestão



GENGIBRE

ativa o metabolismo e o
trânsito intestinal



COUVE MANTEIGA

recarrega o ferro e
é antioxidante



LARANJA

desintoxica e acelera
o trânsito intestinal



BERINJELA

é digestiva, nutritiva
e laxante



MELANCIA

ajuda a limpar o organismo
e tem ação diurética





PORTO
SEGURO



ALIMENTOS CAMPEÕES DE SÓDIO



saúdejá

(média calculada entre produtos de diversas marcas)



**MACARRÃO
INSTANTÂNEO**

PORÇÃO DE 85g
2700mg DE SÓDIO



SALSICHAS
PORÇÃO DE 50g
551mg DE SÓDIO



SHOYU

1 COLHER DE SOPA
902mg DE SÓDIO



PÃO FRANCÊS
1 UNIDADE
304mg DE SÓDIO

BACON

PORÇÃO DE 100g
830mg DE SÓDIO

PIZZA DE CALABRESA

1 FATIA
620mg DE SÓDIO



MOLHO DE SALADA

1 COLHER DE SOPA
250mg DE SÓDIO



saúdejá



**PORTO
SEGURO**



ÁGUA COM LIMÃO É BOM PARA...

AJUDAR NA DIGESTÃO

**AUXILIAR NA PERDA
DE PESO**

**POTENCIALIZAR O
EFEITO DIURÉTICO**

**ESTIMULAR O SISTEMA
NERVOSO**

**EQUILIBRAR OS NÍVEIS
DE PH**

MELHORAR O HUMOR

**AJUDAR A HIDRATAR O
SISTEMA LINFÁTICO**





PORTO
SEGURO



QUANTA ÁGUA VOCÊ PRECISA BEBER POR DIA?

Seu peso
em kilos

Dose diária
em litros

9	☐	0,25
18	☐☐	0,5
27	☐☐☐	0,75
36	☐☐☐☐	1
45	☐☐☐☐☐	1,25
54	☐☐☐☐☐☐	1,5
63	☐☐☐☐☐☐☐	1,75
72	☐☐☐☐☐☐☐☐	2
81	☐☐☐☐☐☐☐☐☐	2,25
90	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	2,5
99	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	2,75
108	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	3
117	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	3,25

VIOTTI
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Ronco/apnéia

Ronco é a vibração dos tecidos da garganta quando o ar passa, devido a um estreitamento das vias aéreas superiores





PORTO
SEGURO



Ronco/apnéia



Existe ronco sem apnéia,mas não existe apnéia sem ronco



PORTO
SEGURO



Ronco/apnéia

- **Apnéia** é a obstrução das vias aéreas por alguns momentos(10 a 30 seg)durante a noite,devido a flacidez dos tecidos da garganta



PORTO
SEGURO



exame

polissonografia (detalhamento do sono)





PORTO
SEGURO



Ronco/apnéia

Causas:

- ✓ Estar acima do peso
- ✓ Gordura na região do pescoço
- ✓ Uso de álcool e calmantes
- ✓ Retrognatas (mandíbula atrofiada)
- ✓ Adenóide e amígdalas grandes
- ✓ Desvio de septo, rinites, sinusites, etc



PORTO
SEGURO



Consequências da apnéia

Sonolência diurna

Falta de disposição

Cansaço corporal

Irritação

Depressão

Aumento da pressão arterial

Impotência sexual



PORTO
SEGURO



aparelhos



Aparelho Intraoral



cpap



minirespirador



**PORTO
SEGURO**



QUANDO DEVE SER
A PRIMEIRA
consulta no
ODONTOPEDIATRA?





PORTO
SEGURO

Bebês

HIGIENE BUCAL BEBÊ



• Limpar a boca do bebê com gaze ou dedeira enquanto não tiver dentes



• Quando nascer o primeiro dente, passar a usar escova dental

• Depois de escovar os dentes não oferecer mais alimentos, para dormir com a boca limpa





PORTO
SEGURO



Cáries





**PORTO
SEGURO**





PORTO SEGURO

Doces e amidos





PORTO
SEGURO



Hábitos viciosos

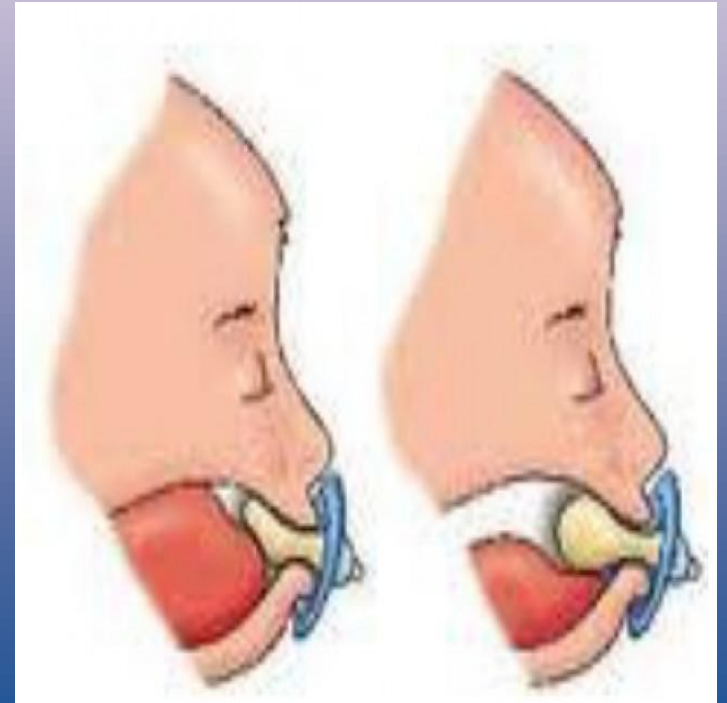
chupar dedo/chupeta

Causa **deformação** dentária e facial

Reprime a fala da criança

Infeções devido higiene da chupeta

Mordida aberta



Mordida aberta





**PORTO
SEGURO**



Saúde dos adolescentes





PORTO
SEGURO

Emocional



Devo falar quando?
Ouvirão quando???

Amor nunca é demais
Concorda ou não???





PORTO
SEGURO



Narguile





PORTO
SEGURO

Narguile

NARGUILE

Muito pior do que o cigarro

O narguile é utilizado para fumar misturas de tabaco com diversos sabores e aromas



E então é aspirada pela mangueira.



Doenças cardíacas
Câncer de pulmão
Câncer de fígado
Dependência física e psicológica
Câncer oral (lábios, língua, faringe)
Tuberculose e herpes
Impotência



Uma hora fumando narguile equivale ao consumo de 100 cigarros.



Fontes: Instituto Nacional de Câncer (INCA) e Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA)



PORTO SEGURO



Energéticos



Alto teor de carboidratos e acidez





PORTO
SEGURO



Energéticos

78% das marcas contêm 20 colheres
de açúcar

Alto teor de cafeína

Mau desempenho escolar

Taquicardia

Agitação

Cefaléia

Insônia

Desidratação

Aumento pressão arterial

Distúrbios gastrointestinais

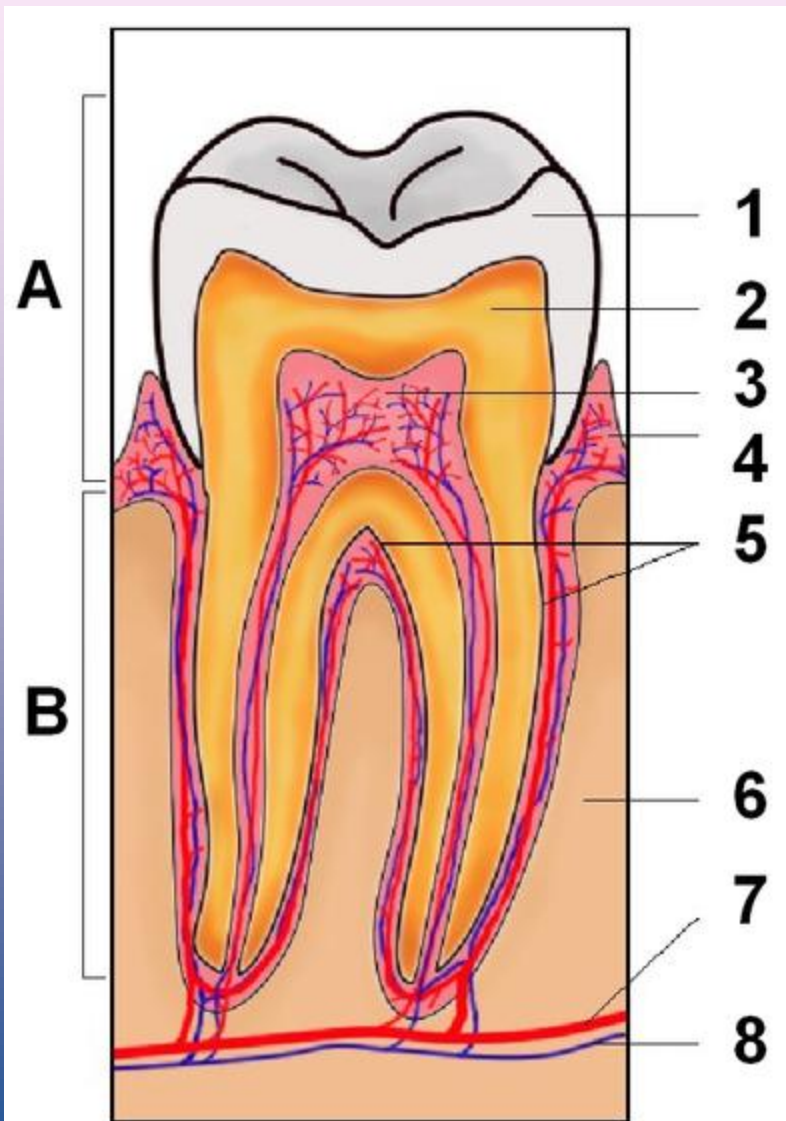


PORTO
SEGURO

Dentes e suas estruturas

Coroa

Raiz



1

Esmalte

2

Dentina

3

Polpa

4

Gengiva

5

Ligamento
Periodontal

6

Osso

7

Vaso
sanguíneo

8

Nervo



PORTO
SEGURO



choose the right
time to visit your
dentist



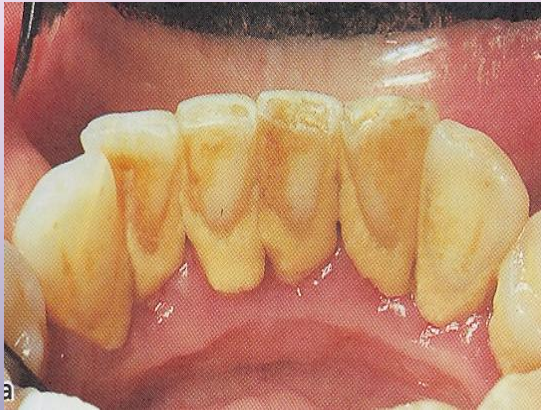
PORTO
SEGURO

Placa Bacteriana

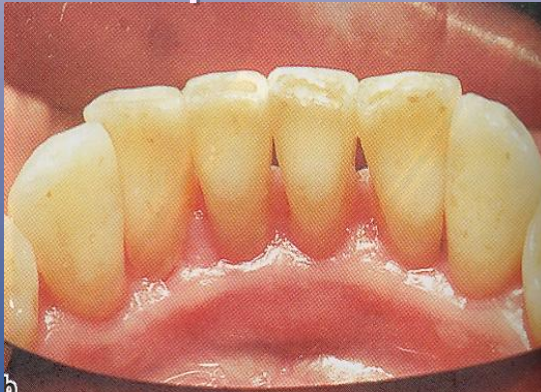
Determinante para a ocorrência de
Cárie e Doença Periodontal



antes



depois



antes



depois



Tártaro

mau hálito,
retração da
gingiva dor de
dente e
mobilidade

Irreversível -somente estabilização do
processo



PORTO
SEGURO

periodontite avançada





Praia da Almada

ubatubaguide.com.br

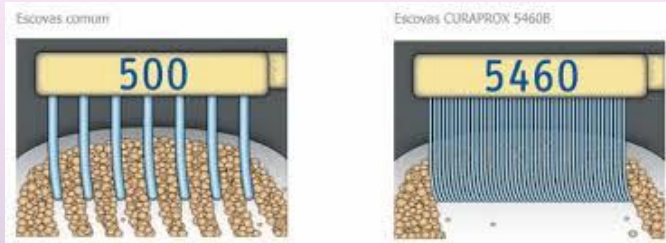


Praia domingos dias



PORTO SEGURO

Kit para higiene



Escova interdental



Escova elétrica



Fio dental



Limpadores de língua



PORTO
SEGURO

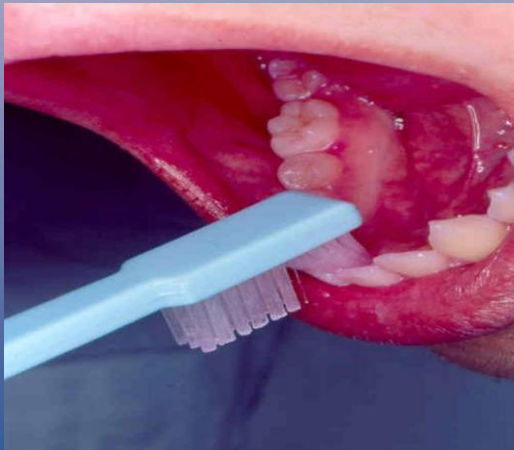
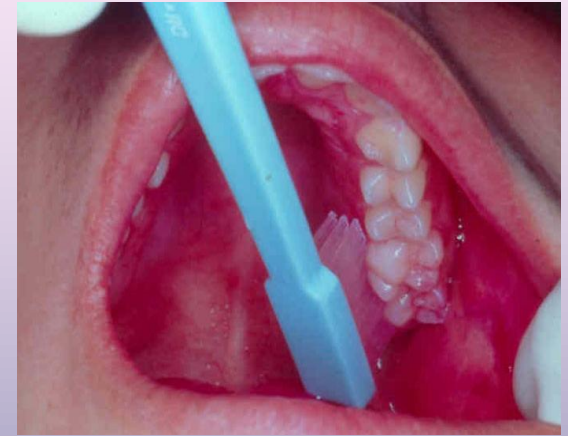


Saburra lingual





Técnica de Escovação





PORTO
SEGURO



Waterpick





PORTO
SEGURO

Enxaguatório Bucal

- ✓ Não deve conter álcool
- ✓ Não deve ser diluído
- ✓ Utilizar após a escovação
- ✓ Bochechos de 30 segundos





PORTO
SEGURO

Dicas de Saúde

Uma boca bem cuidada reflete na saúde de todo o corpo.

Higiene bucal 3x ao dia

Alimentação saudável

Evitar doces á noite

Auto exame

Visita ao dentista a cada 6
meses





PORTO
SEGURO



Simplicidade é o auge da sofisticação
(Leonardo da Vinci)



**PORTO
SEGURO**



**Não deixe que ninguém tire sua
tranquilidade interior**

(Dalai Lama)



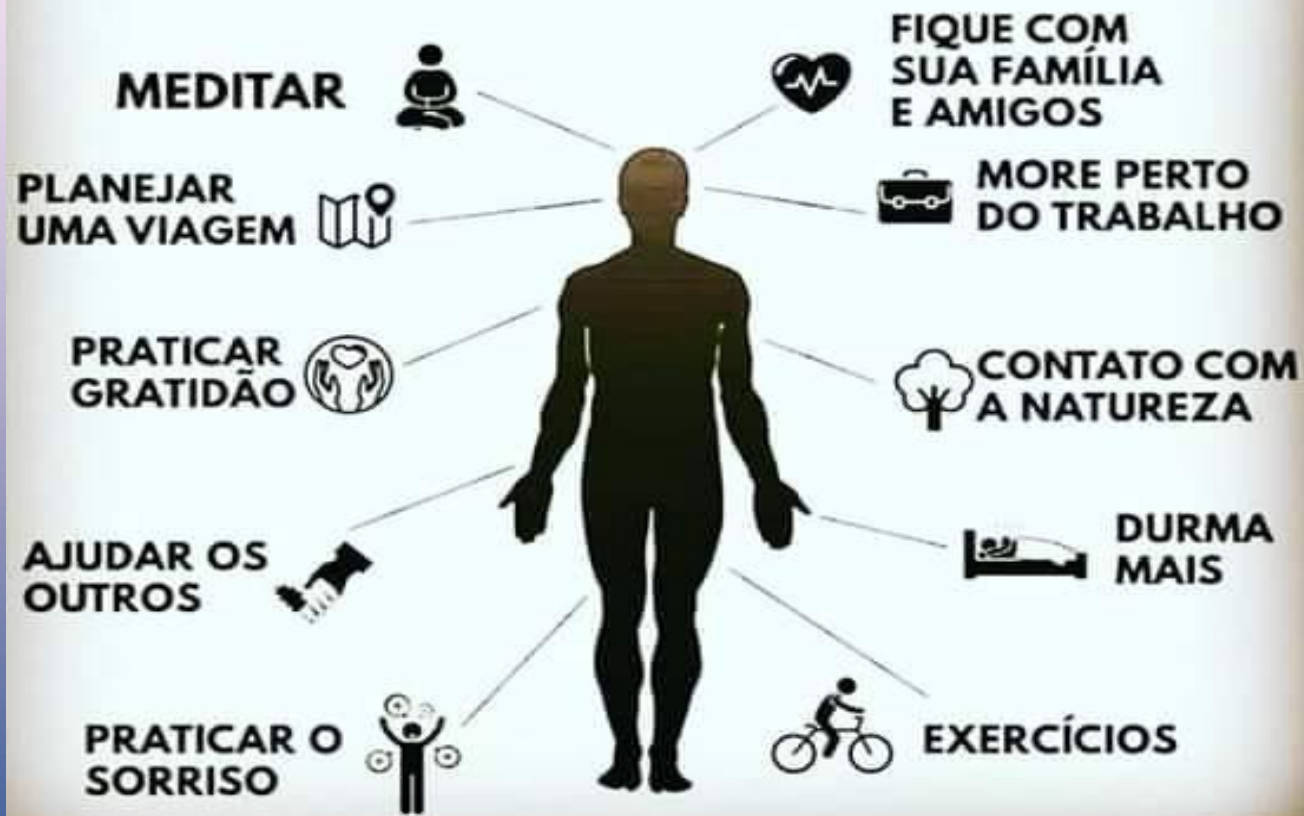


Seu Amigo
GURU

“Ao invés de tentar controlar a situação, controle sua reação diante dela e então a situação mudará.”

@seuamigoguru

10 FORMAS CIENTÍFICAS DE SER FELIZ



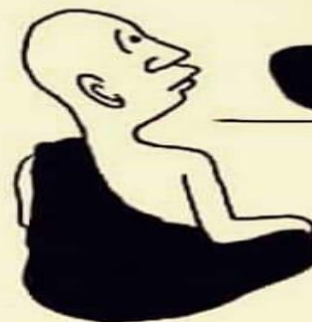
MESTRE,
COMO FAÇO
PARA ME
TORNAR
SÁBIO?



BOAS
ESCOLHAS.



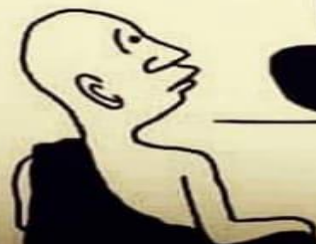
MAS COMO
FAZER BOAS
ESCOLHAS?



EXPERIÊNCIA.



E COMO
ADQUIRIR
EXPERIÊNCIA?



MÁS
ESCOLHAS.





PORTO
SEGURO



Obrigado

