

Brasil ainda é um país de desdentados

Vai mal a saúde bucal do brasileiro, apesar do Brasil ser um dos países com o maior número de dentistas do mundo (cerca de 203 mil cirurgiões-dentistas). Segundo dados de 1998 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), mais de 27,9 milhões de brasileiros nunca foram ao dentista. Já levantamento do Ministério da Saúde, entre 2000 e 2004, com 108.921 pessoas em 250 municípios, demonstrou que a perda dentária precoce é também um problema considerável. Cerca de 45% dos adolescentes na faixa dos 18 anos já não possuem todos os dentes na boca.

As estatísticas são mais alarmantes quando chegam aos adultos: mais de 28% não possuem nenhum dente com função em uma das arcadas, ou seja, foram todos extraídos ou os que restam

estão comprometidos. Entre os idosos, três a cada quatro não têm nenhum dente funcional na boca. Além de dentes ruins, as gengivas ainda estão comprometidas. Cerca de 78% da população adulta e 90% dos idosos brasileiros têm problemas na gengiva. Por trás de números tão desfavoráveis estão a falta de informações e a dificuldade de acesso a tratamentos na rede pública.

Dentes saudáveis significam muito mais que um sorriso bonito. Os problemas dentários e de gengiva afetam a saúde do corpo em geral e ainda prejudicam a fala e a mastigação. Em comemoração ao Dia do Dentista, celebrado hoje, e antecipando o Dia da Saúde Bucal (dia 25), o *Especial Cidadania* traz dicas para uma boa higiene bucal, que começa com hábitos preventivos desde a infância.



Saúde bucal: hábitos saudáveis devem ser adquiridos na infância para prevenir problemas

Cuidados e dicas para uma boa higiene bucal

- ▶ Escove os dentes após cada refeição, de forma que toda a superfície do dente fique limpa. Também escove suavemente a gengiva.
- ▶ Evite a ingestão de balas, chocolates e alimentos com açúcar entre as refeições.
- ▶ Utilize uma escova macia e adequada ao tamanho da boca. Ela deve ser lavada após cada uso em água corrente e guardada em local limpo. Em geral, deve ser trocada a cada 2 ou 3 meses de uso. As cerdas

- não podem estar amassadas e/ou tortas.
- ▶ Use fio dental diariamente para remover a placa bacteriana e os resíduos alimentares que se depositam entre os dentes e a gengiva.
- ▶ As pastas de dentes devem conter flúor.
- ▶ O enxagüante bucal não substitui a escovação. Só utilize



- quando for recomendado por um dentista.
- ▶ Escove suavemente a língua para remover bactérias e purificar o hálito.
- ▶ Próteses removíveis (dentaduras) devem ser limpas a cada refeição. Após cinco anos de uso, devem ser reavaliadas.
- ▶ Visite o dentista a cada seis meses para fazer limpeza e exame completo dos dentes.
- ▶ A higiene bucal deve começar desde

- os primeiros dias de vida. Após cada mamada, a boca do bebê deve ser limpa com uma fralda, algodão ou gaze umedecida em água filtrada.
 - ▶ Não adicione açúcar ou mel na mamadeira, tampouco na chupeta.
 - ▶ Não prove nem assopre os alimentos antes de dar à criança. Isso pode transmitir bactérias para ela. Também não beije a boca da criança e nem utilize os utensílios antes de dar a ela.
- Fonte: Colgate e Secretaria de Saúde do Rio de Janeiro

Câncer de boca já é o oitavo que mais mata

Além de cáries e doenças da gengiva, o câncer de boca tem afligido muitos brasileiros. Segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca), são mais de 10 mil novos casos por ano, sendo o oitavo câncer de maior incidência no Brasil. Em 2002, o câncer de boca matou mais de 3.500 pessoas no país. Quase 40% dos casos da doença acabam em morte. Isso ocorre porque 70% dos diagnósticos são feitos quando a lesão atingiu um estágio avançado. A prevenção e o diagnóstico precoce são as melhores armas para evitar tantas vítimas.

Fumo, álcool, má higiene e uso de próteses dentárias mal-ajustadas são as maiores causas do câncer de boca. O principal sintoma da doença é o aparecimento de feridas que não cicatrizam em até uma semana. Outros indícios são ulcerações superficiais e in-

dolores com menos de 2 cm de diâmetro – que podem sangrar ou não – e manchas esbranquiçadas ou avermelhadas nos lábios ou na mucosa bucal. Em nível avançado, o câncer de boca provoca dificuldade da fala, do ato de mastigar e da deglutição, emagrecimento acentuado, dor e a presença de íngua no pescoço. No Brasil, geralmente desenvolve câncer bucal o indivíduo do sexo masculino, acima dos 30 anos, fumante, consumidor de bebidas alcoólicas e de classe social menos favorecida.

É recomendável como forma de prevenção que as pessoas façam o auto-exame da boca uma vez a cada seis meses. O objetivo é identificar

lesões, mudança na cor da pele e mucosas, endurecimentos, caroços, feridas, inchações, áreas dormentes, dentes quebrados ou amolecidos e úlcera rasa, indolor e avermelhada. Quando o câncer bucal é diagnosticado, cirurgia, radioterapia e quimioterapia – isoladas ou associadas a outros tratamentos – são os métodos terapêuticos usados.



Dentistas alertam: escovação adequada é melhor forma de prevenir males da boca

Quatro em cada dez brasileiros sofrem de mau hálito

Segundo pesquisa da Associação Brasileira de Estudo e Pesquisa dos Odores da Boca, quatro em cada dez brasileiros sofrem de mau hálito. A halitose não é uma doença, mas um sintoma que pode ter mais de 50 causas diferentes, por isso é importante procurar ajuda médica e/ou odontológica.

Uma das causas mais comuns da halitose é a diminuição da

quantidade de saliva, ocasionada por fatores como a ingestão de remédios, estresse e algumas doenças.

A diminuição de saliva favorece a formação de uma placa bacteriana na língua, formada por restos alimentares, células que se descamam da mucosa bucal e bactérias. A escovação adequada é a melhor forma de

prevenir o problema. Também é importante ingerir bastante líquido, comer frutas e verduras e não ficar muito tempo sem ingerir alimentos.

Mais informações pelo site www.abpo.com.br.

Projetos em tramitação

PLS 150/04 – Do senador Alberto Silva (PMDB-PI), determina que, no mínimo, 10% dos recursos destinados a ações e serviços públicos de saúde sejam aplicados em assistência odontológica. Pelo projeto, a rede municipal do Sistema Único de Saúde (SUS) deverá contar com equipe de saúde bucal e consultório odontológico para cada 2 mil habitantes.

PL 5.391/05 – A presença de um dentista em eventos esportivos pode se tornar obrigatória, conforme projeto do deputado Gilmar Machado (PT-MG), em tramitação na Câmara. Esse profissional deverá ser especializado em Odontologia Esportiva.

PL 3.520/04 – Substitutivo do deputado Carlos Mota (PL-MG) ao projeto, já aprovado na Comissão de Seguridade Social e Família da Câmara, altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) para obrigar as empresas a

manterem serviço de assistência odontológica para os empregados. De autoria do deputado Vanderlei Assis (PP-SP), a proposta também inclui os exames odontológicos entre as obrigações do empregador na área de saúde, previstas na CLT. Em tramitação na Câmara.

PL 4.865/05 – Projeto do deputado Carlos Nader (PL-RJ) autoriza o Ministério da Saúde a realizar atendimento odontológico itinerante, por meio do Programa Odonto-Móvel.

PL 1.274/04 – Do deputado Eduardo Barbosa (PSDB-MG), cria a profissão de agente comunitário de saúde bucal.

PL 1.120/03 – Os formandos em Odontologia também poderão ser obrigados a fazer residência ao final do curso universitário, prevê projeto do deputado Ricardo Izar (PTB-SP), em tramitação na Câmara.

Informações

Ministério da Saúde
Coordenação Nacional de Saúde Bucal
Esplanada dos Ministérios, Bloco G
70058-900 Brasília (DF)
Tel.: (61) 2315-3434
Serviço de Atendimento ao Usuário do SUS: 0800 644-9000
Disque Saúde: 0800 61-1997
www.saude.gov.br
Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa)
Disque Medicamentos: 0800 644-0644
www.anvisa.gov.br

Conselho Federal de Odontologia
Av. Nilo Peçanha, 50, Centro
20020-906 Rio de Janeiro (RJ)
Tel.: (21) 2122-2200
www.cfo.org.br

Associação Brasileira de Estudos e Pesquisas dos Odores da Boca
Av. 9 de Julho, 394, conj. 63/64,
12243-001 São José dos Campos (SP)
Tel.: (12) 3913.3022
www.abpo.com.br

Universidade de Brasília (UnB)
Pólo Virtual de Saúde Bucal
www.saudebucalcoletiva.unb.br