SETOR DE SAÚDE BUCAL DA SECRETARIA DE SAÚDE REFORÇA IMPORTÂNCIA DA HIGIENE ADEQUADA, SOBRETUDO DURANTE A PANDEMIA

Data de Publicação: 1 de junho de 2021
Fonte: Ssecom/PMNF - Fernando Moreira

No atual cenário da pandemia da Covid-19, é importante ressaltar o alerta sobre a importância da higiene bucal, tendo em vista que a boca é uma das portas principais de entrada do SARS-CoV-2, vírus responsável pela doença. A higienização bucal apropriada pode evitar, principalmente, problemas pulmonares que podem potencializar a gravidade de uma possível manifestação da Covid-19, aumentando as chances de apresentar sintomas graves da doença. Além disso, estudos comprovam a eficácia do cuidado com a saúde bucal na prevenção de outras doenças, como cardiopatologias, depressão e doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, hipertensão arterial, câncer, e outras doenças sistêmicas.

O estado de saúde do paciente que tenha contraído a Covid-19 pode ser agravado, caso sua higiene bucal não seja feita da maneira correta, com atenção especial para a língua e aos dentes molares, aqueles mais próximos da faringe, para evitar a pneumonia por aspiração. Portanto, para prevenir quem está com a Covid-19, e mesmo quem não esteja acometido pelo vírus, de agravos de infecções pulmonares e cardíacas, é imprescindível a higienização bucal correta.

Além da rigorosa higiene bucal, é necessário também manter as mãos sempre higienizadas seguindo os protocolos de higiene, pois a saúde é um estado integrado de todo o corpo. Como as mãos são imprescindíveis no acesso à cavidade bucal, como no uso do fio dental, do higienizador de língua e da escova de dente, é importante que estejam bem higienizadas com frequência, para que se possa levá-las até a cavidade bucal. A troca da escova dentária deve ser realizada periodicamente.

Esses hábitos de higiene bucal devem ser adquiridos por toda vida, não somente no período de pandemia da Covid-19, visto que as pessoas podem ser infectadas por outro vírus a qualquer tempo. Nesse contexto, também é fundamental cuidar da higienização das escovas de dente e dos higienizadores de língua, mantendo-os imersos em solução desinfetante, à base de água ou enxaguante bucal, para evitar a reinfecção após cada uso.

Então, não se esqueça. Alguns cuidados simples são suficientes para garantir uma boa higiene bucal e, consequentemente, diminuir a chance de contrair diversas doenças, inclusive a Covid-19. Especialistas indicam que as pessoas devem escovar os dentes pelo menos três vezes ao dia, ou após cada refeição. É importante lembrar do uso correto do fio dental, com assistência de passa-fios ou de fios especiais para quem usa aparelhos ortodônticos, e da escovação da língua, além do uso de enxaguante bucal. Consulte seu dentista regularmente para receber orientações especializadas, mantenha hábitos de vida saudáveis, incluindo boa alimentação e siga as orientações

das autoridades em saúde para se proteger da Covid-19.