

# DOENÇA PERIODONTAL: PREVINA-SE!



Doença periodontal é aquela que atinge a gengiva e o osso ao redor do dente. Ela começa como uma simples inflamação na gengiva, a gengivite, podendo evoluir com o passar do tempo para o seu estágio mais grave, a periodontite. Assim, gengivite e periodontite são estágios diferentes da doença periodontal.



## QUAIS SÃO AS CAUSAS?

Por falta de uma escovação adequada e do não uso do fio dental diariamente, a placa bacteriana se acumula e causa, em apenas alguns dias, diversos sinais e sintomas que indicam a gengivite, como vermelhidão, inchaço, sangramento e sensibilidade da gengiva, assim como o mau hálito. Se não tratada nessa fase, que é muito simples e rápida de se resolver, com o passar do tempo evolui para amolecimento dos dentes, retrações gengivais e pus em torno dos dentes e gengivas. Como esse quadro não apresenta dor, devemos prestar atenção aos sintomas.



## COMO PREVENIR?

**A higienização bucal diária é a chave para evitar o acúmulo de placa.** Escovar os dentes e a língua, de 2 a 3 vezes por dia utilizando cremes dentais com flúor e fio dental 1 vez ao dia é suficiente para evitar a doença. Se mesmo assim os sinais e sintomas persistirem, procure um cirurgião-dentista!



E se você observar qualquer um desses indícios, visite um dentista o quanto antes para prevenir danos maiores, pois sem controle, a doença pode levar a perda total dos dentes. Além disso, ela é considerada fator de risco para outras doenças como por exemplo as cardiovasculares, pulmonares, diabetes e também fortemente associada ao nascimento prematuro de bebês.