

---

## A SAÚDE BUCAL DOS IDOSOS

### Como posso manter uma boa saúde bucal na terceira idade?

Se você cuidar bem dos seus dentes e fizer consultas periódicas com seu dentista, os seus dentes podem durar a vida inteira.

Independentemente da idade, você pode ter dentes e gengivas saudáveis se escovar pelo menos três vezes ao dia com creme dental com flúor, se usar fio dental pelo menos uma vez ao dia e se for regularmente ao dentista para exames completos e limpeza.

### Que informações sobre a saúde bucal um indivíduo da terceira idade deve ter?

Até mesmo quem escova e usa fio dental regularmente, pode ter alguns problemas específicos. Muitas pessoas na terceira idade usam dentaduras, tomam remédios e têm problemas de saúde geral. Felizmente, seu dentista pode ajudar você a encarar estes desafios com êxito quase que garantido.

- As cáries e os problemas com a raiz dos dentes são mais comuns em pessoas da terceira idade. Por isso, é importante escovar com um creme dental que contenha flúor, usar fio dental todos os dias e não deixar de ir ao dentista.
- A sensibilidade pode se agravar com a idade. Com o passar do tempo é normal haver retração gengival que expõe áreas do dente que não estão protegidas pelo esmalte dental. Estas áreas podem ser particularmente doloridas quando atingidas por alimentos e bebidas quentes ou frias. Nos casos mais severos, pode ocorrer sensibilidade com relação ao ar frio e a alimentos e líquidos doces ou amargos. Se seus dentes estiverem muito sensíveis, tente usar um creme dental apropriado. Se o problema persistir, consulte o dentista já que esta sensibilidade pode indicar a existência de um problema mais sério, como, por exemplo, cárie ou dente fraturado.
- As pessoas mais velhas se queixam de boca seca com frequência. Este problema pode ser causado por medicamentos ou por distúrbios da saúde. Se não tratado, pode prejudicar seus dentes. Seu dentista pode recomendar vários métodos para manter sua boca mais úmida, como tratamentos ou remédios adequados para evitar a boca seca.
- Enfermidades preexistentes (diabete, problemas cardíacos, câncer) podem afetar a saúde da sua boca. Converse com seu dentista sobre quaisquer problemas de saúde existente para que ele possa ter uma visão completa da situação e para que possa ajudar você de forma mais específica.
- As dentaduras tornam mais fácil a vida de muitas pessoas da terceira idade, mas exigem cuidados especiais. Siga rigorosamente as instruções do seu dentista e, caso ocorra qualquer problema, marque uma consulta. Os portadores de dentaduras definitivas devem fazer um exame bucal geral pelo menos uma vez por ano.

A gengivite é um problema que afeta pessoas de todas as idades e que pode se tornar muito sério, especialmente em pessoas de mais de 40 anos. Vários fatores podem agravar a gengivite, inclusive:

1. Má alimentação.
2. Higiene bucal inadequada.
3. Doenças sistêmicas, como a diabete, enfermidades cardíacas e câncer.
4. Fatores ambientais, tais como o estresse e o fumo.
5. Certos medicamentos que podem influenciar os problemas gengivais.



Informações sobre saúde bucal

Como as doenças gengivais são reversíveis em seus primeiros estágios, é importante diagnosticá-las o mais cedo possível. As consultas periódicas garantem o seu diagnóstico e o seu tratamento precoce. É importante saber que a boa higiene bucal evita o aparecimento de enfermidades gengivais.

As próteses são usadas para reforçar dentes danificados ou substituir dentes extraídos. Uma coroa é usada para recobrir um dente que sofreu perda de substância. Ela fortalece a estrutura do dente e melhora a sua aparência, sua forma ou seu alinhamento. As pontes ou próteses fixas são usadas para substituir um ou mais dentes faltantes e são fixadas nos dentes naturais ou nos implantes situados ao lado do espaço deixado pelo dente extraído.

**Visite o [www.colgate.com.br](http://www.colgate.com.br)**

Sua fonte de informações na Internet para ter um sorriso atraente e saudável, juntamente com as últimas novidades e indicações sobre higiene bucal

© 2002 Colgate-Palmolive Company. Todos os direitos reservados. O uso das informações contidas neste site está sujeito aos termos de nossa Declaração Legal/de Privacidade. Todas as informações são armazenadas e usadas de acordo com a declaração sobre privacidade.