



Odontologia para todos: cartilhas informativas sobre saúde bucal, cremes dentais branqueadores, carvão ativado e clareamento dental

Ana Beatriz da Silva*; Kettilen Cristina Monte dos Santos; Larissa Daniela Santos Da Silva; Maria Eduarda Carvalho; Danielle Ferreira Sobral de Souza; Débora Alves Nunes Leite Lima.

Resumo

Atualmente com as mídias sociais em alta, muitas informações são veiculadas a longas distâncias e em curto período de tempo. O agravante é que muitas vezes essas informações não possuem embasamento científico e podem oferecer um risco a saúde bucal da população. Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi confeccionar materiais educativos para divulgar informações científicas e seguras à população sobre os assuntos que envolveram a pesquisa das alunos do PIBIC-EM: saúde bucal, produtos over the counter (produtos de higiene oral aplicados sem a supervisão do dentista), carvão ativado e clareamento dental. Em virtude também da atual situação da pandemia causada pelo novo coronavírus (COVID-19), foi desenvolvida a cartilha sobre a correta higienização bucal, com uso de fio, escova e creme dental. Sabe-se que o vírus está presente da saliva e o cuidado adequado com a saúde bucal ajuda a reduzir o acúmulo de organismos que podem causar essa e outras doenças. Para que o material produzido tenha grande alcance na população, estamos deixando o QRcode dos arquivos para que os interessados durante a apresentação no congresso possam fazer o download dos mesmos.

Palavras-chaves: Dentifrício, clareamento dental, carvão ativado.

Área: Dentística – Departamento de Odontologia Restauradora – Faculdade de Odontologia de Piracicaba – Universidade Estadual de Campinas.

Órgão de financiamento: PIBIC – CNPq – Conselho Nacional de Desenvolvimento em Pesquisa.

1. Cartilhas produzidas

1.1. Cartilha sobre Saúde Bucal



Higiene Bucal Na Rotina Diária

1 Lave bem as mãos com água e sabão para evitar a contaminação pelo coronavírus (COVID-19)

2 Use o fio dental **SEMPRE ANTES** da escovação! E pelo menos 1x ao dia

3 Escove os dentes com creme dental contendo flúor (concentração entre 1100 - 1500 ppm)
• Depois das principais refeições
• Escova com cerdas **MACIAS!**

4 Pode ser realizada com higienizador específico para língua ou escova dental
*limpar no sentido da seta

A boca é uma cavidade que tem contato direto com o meio externo, sendo também porta de entrada para microrganismos como bactérias e vírus.

Realizando a higienização adequada da **BOCA**, você diminui o risco de contágio pelo **COVID-19** e outras doenças

Quando devo trocar a minha escova?

- A cada 3 meses ou;
- Se você notar que as cerdas ficaram desgastadas - "ABERTAS" ou;
- Caso você tenha adoecido por gripe ou pela COVID-19.

Como higienizar/limpar a minha escova?

- Após a escovação, lavar com água;

Depois colocar a escova em um copo com **ENXAGUANTE BUCAL** ou **CLOREXIDINA (0,12%)** por 15 minutos

Em seguida: lavar, secar e guardar

- Em posição vertical ("em pé");
- Local arejado;
- Longe do vaso sanitário (privada)

Nunca compartilhe sua escova dental, ela deve ser de uso pessoal exclusivo

1.2. Cartilha sobre Dentifrícios Branqueadores



Dentifrícios (Creme Dental) Branqueadores

Esses cremes dentais agem na **REMOÇÃO E CONTROLE DA PIGMENTAÇÃO EXTRÍNSECA** através de:

- Agentes abrasivos (carvão ativado, pirofosfato de dissódico); - desgastam a estrutura do dente e gengiva
- Detergentes;
- Modificadores ópticos (dióxido de titânio, covarina azul) - que modificam a reflexão de luz momentaneamente, dando a sensação de dentes mais brancos

Com o uso excessivo desses cremes dentais seus **ABRASIVOS** podem causar lesões nos dentes e nas gengivas:

Hipersensibilidade dentinária
Recessão gengival - a gengiva "descobre o dente"

NÃO são capazes de **CLAREAR OS DENTES!**

Quer ter os dentes mais brancos?

Procure seu Dentista, ele vai oferecer o tratamento adequado.

1.3. Cartilha sobre Carvão ativado



Carvão Ativado

É um produto a base de carvão vegetal, que foi desenvolvido com a promessa de clarear os dentes e ser um produto vegano.

Existente uma grande influência das redes sociais sobre o padrão que um sorriso bonito deve ter.

Muitas pessoas utilizam esses produtos "milagrosos" para deixar os dentes mais brancos. Mas, o **CARVÃO** ativado **NÃO** promove **CLAREAMENTO** DOS DENTES

RISCOS:

- Desgaste do esmalte dentário - Abrasão e erosão
- Sensibilidade dental - dor.
- Manchamento dos dentes;
- Aumenta o risco de cárie - o carvão impede a ação protetora do flúor contido no creme dental
- Recessão gengival - "Recuo" das gengivas; - **EM CASO DE USO CONTÍNUO E PROLONGADO**

Procure seu Dentista, ele vai oferecer o tratamento adequado. **CARVÃO NÃO CLAREIA OS DENTES!!!**

1.4. Cartilha sobre Clareamento Dental



Clareamento Dental

PARA DENTES VITAIS

É considerado um tratamento **SEGURO, CONSERVADOR** e **EFICAZ**, quando realizado corretamente. Permite o clareamento dos dentes com a utilização de substâncias químicas.

É realizado pelo **Cirurgião-dentista**

Pode ser realizado de duas maneiras:

1. Consultório
2. Supervisionado ou Caseiro

É com um dos dois tipos de géis clareadores:

1. Peróxido de Hidrogênio
2. Peróxido de Carbamida

Consultório

- É realizado no consultório do dentista;
- Com géis clareadores de altas concentrações a base de peróxido de hidrogênio ou de carbamida

Supervisionado ou Caseiro

- O dentista confecciona a plaquinha do paciente no consultório; ensina como e quando o paciente deve utilizar o gel clareador
- Usam-se géis de baixas concentrações;

Antes x Depois

Como todo procedimento clínico na cavidade bucal, o tratamento deve ser realizado sob a supervisão de um cirurgião dentista, com protocolos corretos e seguros.

QRCode das Cartilhas informativas educacionais

Para acessar o material é só apontar a câmera do celular para o QRcode abaixo.



Referências Bibliográficas

1. LIMA, D. A. N. L., et al. In vitro assessment of the effectiveness of whitening dentifrices for the removal of extrinsic tooth stains. *Braz Oral Res.* 2008 Apr-Jun;22(2):106-11.
2. Lippert F. An introduction to toothpaste - its purpose, history and ingredients. *Monogr Oral Sci.* 2013;23:1–14.
3. NEVES, E. T. B. et al. Análise in vitro da desinfecção de escovas dentais por substâncias com potencial antimicrobiano. *Arch Heth Invest.* v. 7, n. 10, p. 415-19, 2018.
4. PÚBLIO, J. D., et al. Influence of Enamel Thickness on Bleaching Efficacy: An In-Depth Color Analysis. *Open Dent J.* 2016 Aug 31;10:438-445.
5. SAMPSON, V., et al. Could there be a link between oral hygiene and the severity of SARSCoV-2 infections?. *British Dental Journal.* v 228, n.12 p.971-975, 2020.
6. SILVA, E. M. D., et al. Can whitening toothpastes maintain the optical stability of enamel over time? *J Appl Oral Sci.* 2018 Feb 1;26:e20160460.
7. VAZ, V. T. P., et al. Whitening toothpaste containing activated charcoal, blue covarine, hydrogen peroxide or microbeads: which one is the most effective? *J Appl Oral Sci.* 2019 Jan 14;27:e20180051
8. VIEIRA-JUNIOR, W. F., et al. Effect of Toothpaste Use Against Mineral Loss Promoted by Dental Bleaching. *Oper Dent.* 2018 Mar/Apr;43(2):190-200.
9. Watson CA. Synthetic hydrocolloids and dentifrices. *J Soc Cosmet Chem.* 1970; 21:459–7.