

# Guia de Saúde Oral



## PERIODONTIA





DRA. PATRÍCIA MONTEIRO

## PORQUE TUDO COMEÇA COM GENGIVAS SAUDÁVEIS

A doença periodontal foi destacada pela Federação Dentária Internacional como uma das prioridades para os próximos anos. E quando analisamos as estatísticas e as consequências, é impossível ficarmos indiferentes.

Hoje, as doenças das gengivas afetam cerca de 50% da população adulta em todo o mundo. E a prática clínica confirma: este é um problema real, que condiciona o dia-a-dia e a vida de milhares de portugueses. Mas não tem de ser assim.

Uma correta higiene oral e consultas periódicas no dentista são a chave para a prevenção. E existem recomendações que todos os Pacientes de-

vem conhecer e adotar. Porque existe tratamento. E acredite: é possível ser saudável com periodontite.

Nas próximas páginas, poderá encontrar artigos ilustrados, com destaques e curiosidades sobre temas relevantes em Periodontia. Mas, sobretudo, perguntas e respostas que deve consultar para estar mais informado e evitar problemas desnecessários.

Partilhe este Guia com os seus amigos e familiares, consulte periodicamente o seu Médico Dentista e cuide da sua Saúde.

# 06 | O QUE É A DOENÇA PERIODONTAL?

CONHEÇA MELHOR UM PROBLEMA  
QUE AFETA MILHARES DE PACIENTES  
EM TODO O MUNDO.

06 O QUE É A DOENÇA PERIODONTAL?

10 GENGIVITE E PERIODONTITE: QUAL É A DIFERENÇA?

14 SANGRAR DAS GENGIVAS É NORMAL?

18 QUAIS SÃO OS SINTOMAS DA DOENÇA PERIODONTAL?

22 COMO SURTE A DOENÇA PERIODONTAL?

26 QUAIS SÃO AS CONSEQUÊNCIAS DA PERIODONTITE?

30 COMO É FEITO O TRATAMENTO DA PERIODONTITE?

38 O TRATAMENTO DA PERIODONTITE CAUSA DOR?

42 COMO É A PRIMEIRA CONSULTA DE TRATAMENTO?

46 QUE CUIDADOS DEVEMOS TER DEPOIS DO TRATAMENTO?



# O QUE É A DOENÇA PERIODONTAL?

CONHEÇA MELHOR UM PROBLEMA QUE AFETA MILHARES DE PACIENTES EM TODO O MUNDO.

Já todos ouvimos falar da doença periodontal. Mas nem sempre é fácil explicar do que se trata. Afinal, que doença é esta? E o que pode acontecer?

*A doença periodontal divide-se em gengivites e periodontites.*

## | O QUE É A DOENÇA PERIODONTAL?

A doença periodontal é uma doença inflamatória que afeta os tecidos de suporte dos dentes: as gengivas, o osso e o ligamento periodontal.

Esta doença tem caráter bacteriano. Ou seja, é provocada pela acumulação de bactérias à volta dos

dentes, que vão provocar a inflamação dos tecidos.

Essa inflamação, por sua vez, vai provocar a destruição da gengiva e, em último caso, do osso e do ligamento.

## | A DOENÇA PERIODONTAL RESUME-SE À CHAMADA “PERIODONTITE”?

Não. A doença periodontal pode-se distinguir entre a gengivite e a periodontite. A primeira afeta apenas as gengivas. E a segunda vai atingir os tecidos de suporte do dente.

## | ENTRE AS DUAS, QUAL É A DOENÇA MAIS COMUM?

A doença mais prevalente, em termos mundiais, é a gengivite. As estatísticas dizem que dois em cada três adultos podem vir a desenvolver esse problema.

“

*2 em cada 3 adultos podem vir a desenvolver gengivite.*

”

## | A DOENÇA PERIODONTAL PODE SER SILENCIOSA?

Sim. Normalmente, o Paciente só recorre à consulta quando a doença periodontal já está muito avançada. Isto porque os sintomas surgem

tardiamente. E, infelizmente, muitas vezes, o facto de sangrarmos das gengivas não nos prediz um sinal de alerta.

# GENGIVITE E PERIODONTITE: QUAL É A DIFERENÇA?

## SAIBA DISTINGUIR OS DOIS TIPOS DE DOENÇA PERIODONTAL.

A doença periodontal pode ser dividida em dois grupos: gengivites e periodontites. E já todos nós ouvimos falar destes problemas no dia-a-dia. Mas, afinal, qual é a diferença entre os dois termos?

*Numa gengivite, não existe perda de ligamento, nem de osso.*

## O QUE É A PERIODONTITE?

Na periodontite, há afetação dos tecidos de suporte e perda de inserção dos tecidos, do ligamento e do osso.

Todos podemos ter gengivite, mas só alguns Pacientes é que, depois de uma gengivite, desenvolvem periodontite.

## E O QUE É A GENGVITE?

A gengivite afeta a gengiva, a zona mais superficial do periodonto. Mas, numa gengivite, não existe perda de ligamento, nem de osso. A estrutura do periodonto mantém-se estável.

### ☺ Sabia que ...

É preciso ter fatores predisponentes para desenvolver uma periodontite.

## EXISTEM VÁRIOS GRAUS DE PERIODONTITE? QUAIS SÃO AS DIFERENÇAS?

Sim, a periodontite divide-se em três graus principais. Poderá ser uma periodontite mais leve, moderada ou severa. Ou seja, quanto maior a perda de suporte periodontal e quanto mais generalizada, mais severa se torna.

“  
*Existe periodontite localizada e generalizada.*  
”



## A PERIODONTITE AFETA TODOS OS DENTES?

Depende. Podemos ter periodontite localizada, que pode advir de diferentes causas ou fatores, e afeta apenas alguns dentes. Ou

periodontite mais generalizada, se for numa situação que afete mais dentes ou a totalidade dos dentes.

## QUAIS SÃO OS GRUPOS DE RISCO PARA ESTA DOENÇA?

Em relação à periodontite, estamos a falar de grávidas, doentes diabéticos e doentes cardiovasculares. São os três grupos principais que precisam de uma maior vigilância. No caso das grávidas, pelo aumento

do risco de parto prematuro. No caso de doentes diabéticos, porque há descompensação da própria doença. E no caso das doenças cardiovasculares, pelo risco de endocardite bacteriana.

# SANGRAR DAS GENGIVAS É NORMAL?

SAIBA A RESPOSTA A UMA  
QUESTÃO QUE AINDA SUSCITA  
MUITAS DÚVIDAS AOS  
PACIENTES.

Hoje em dia, ainda existem muitas pessoas que acreditam que sangrar das gengivas é normal. O sangramento é frequentemente associado a uma escovagem mais agressiva ou a uma incorreta utilização do fio dentário. Mas pode não ser apenas isso. Veja porquê.

O sangramento pode ser um sintoma da doença periodontal.

## | SANGRAR DAS GENGIVAS É NORMAL?

Não, não é normal. Se calhar, se estivéssemos a sangrar da mão ou de um braço, seria logo um sinal de alerta.

Mas sangrar das gengivas, infelizmente, ainda não é visto pela população como sendo um sinal de alerta grave. E, por isso, muitas vezes, os Pacientes só procuram

ajuda quando começa a surgir outro tipo de sinais que considera que não são normais: mobilidade dentária, abscessos e até perda de dentes.

Muitos Pacientes associam o sangramento ao facto de fazerem muita força com a escova. E não o vêem como sendo um sintoma da doença periodontal. Mas pode ser.

## | PODE SER UM DOS PRIMEIROS SINTOMAS?

Sim. Uma das primeiras situações que surge, e a mais fácil de identificar, é o sangramento das gengivas à escovagem, frequente ou quando se come alimentos mais duros.

Sangrar das gengivas significa que temos um processo inflamatório e que está num estado em que precisa de ser avaliado e tratado por um Médico Dentista.

“O sangramento das gengivas é um dos principais sintomas da doença periodontal.”

 Dra. Patrícia Monteiro

“  
*Sangrar das gengivas  
significa que temos um  
processo inflamatório.*  
”



# QUAIS SÃO OS SINTOMAS DA DOENÇA PERIODONTAL?

SAIBA QUE FATORES PODEM SERVIR DE ALERTA PARA ESTE PROBLEMA.

O processo de formação da doença periodontal é relativamente fácil de entender. E devemos estar alerta para vários sintomas que nos podem ajudar a detetá-la numa fase precoce.

Existem quatro grandes sintomas que devemos ter em conta.

## QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

O principal sintoma da doença periodontal, e mais evidente, é o sangramento. Mas não é o único:

- **Halitose**

Mais conhecida como “mau hálito”, a halitose é um dos sintomas associados ao desenvolvimento de uma doença periodontal.

- **Recessões**

O aparecimento da raiz e as recessões das gengivas também podem indicar um problema desta linha.

- **Mobilidade dentária**

O facto de os dentes abanarem e ganharem mobilidade pode ser um indicador da doença periodontal.

- **Perda de dentes**

Por fim, a própria perda de dentes pode ser um sintoma evidente e já tardio da evolução da doença periodontal.

## E QUE FATORES SÃO NECESSÁRIOS PARA DESENVOLVER PERIODONTITE?

Existem vários fatores, como, por exemplo, fatores genéticos, problemas de Saúde que o Paciente tenha e até o próprio apinhamento dos dentes.

Ou seja, tudo o que sejam alterações da posição dentária e alterações da morfologia do dente que permitam uma maior acumulação de placa bacteriana vão contribuir para a evolução da doença.

O tabaco, por sua vez, também prejudica gravemente e provoca um aumento da velocidade de progressão da doença periodontal.

“

*O mau hálito pode ser um sintoma da doença periodontal.*

”

## CONHECENDO O PROCESSO, COMO PODEMOS PREVENIR?

Só existe periodontite se houver bactérias. Portanto, a nossa prevenção deve ser focada na eliminação de bactérias.

Em casa, o Paciente é responsável pela remoção da placa bacteriana das superfícies dentárias e do sulco gengival. E ao Médico Dentista compete a eliminação do tártaro

infragengival. Esta é a prevenção. É a ausência de bactérias.

O Paciente tem de estar atento a qualquer sinal ou sintoma de alerta, para poder agendar uma consulta, permitindo uma deteção o mais precoce possível de início de periodontite ou de ativação de uma periodontite já existente.

## ESTEJA ATENTO, CUIDE DA SUA SAÚDE

O mais importante é agir preventivamente e evitar problemas desnecessários. Mas se já apresenta algum destes sintomas, não tenha receio de procurar ajuda: tudo tem

solução. Consulte o seu Médico Dentista, avalie o estado da sua Saúde oral e faça o melhor pela sua Saúde.

# COMO SURGE A DOENÇA PERIODONTAL?

## ENTENDA O PROCESSO DE FORMAÇÃO DAS DOENÇAS DAS GENGIVAS.

A doença periodontal pode ter consequências graves. Mas, se compreendermos o seu processo de formação, é mais fácil evitar problemas. Vejamos como surgem as doenças das gengivas, passo a passo.

A photograph of a young couple sitting in the front seats of a car. The woman is on the left, wearing a large straw hat and sunglasses, smiling. The man is on the right, wearing sunglasses and a white t-shirt, looking towards the woman. The background is bright and slightly blurred, suggesting they are outdoors.

A origem do problema é a acumulação de bactérias.

## QUAL É O PROCESSO DE FORMAÇÃO DESTA DOENÇA?

A origem da doença periodontal é a acumulação de bactérias à volta dos dentes. A essa acumulação de

bactérias, saliva e minerais em constante formação damos o nome de placa bacteriana.

## E DEPOIS? O NOSSO ORGANISMO VAI REAGIR?

Sim. O nosso organismo e as nossas gengivas vão reagir de forma exagerada àquela placa e vão tentar intervir. Essa inflamação é que depois vai provocar várias conse-

quências. Vai provocar inflamação da gengiva, do osso, do ligamento e, eventualmente, a destruição desses tecidos, progressivamente.



### ☺ Sabia que ...

O tabaco aumenta a velocidade de progressão da doença periodontal.

## OU SEJA, É TUDO EVITÁVEL LOGO PELA HIGIENE ORAL?

Sim. A principal estratégia para o controlo da doença periodontal será uma ótima higiene oral. Ou seja, com a destruição dessa placa bacteriana, conseguimos estabilizar

a doença periodontal. Depois, os tratamentos que são realizados em consultório acabam por ser, no fundo, um complementar desse tratamento base.

## QUAL É O PAPEL DO MÉDICO DENTISTA?

O papel do Médico Dentista será diagnosticar a doença periodontal e fazer os tratamentos das zonas que não são acessíveis pelo Paciente em casa. Além disso, deverá também

instruir o Paciente para que consiga, no seu dia-a-dia, controlar essa placa bacteriana, para impedir uma nova inflamação desses tecidos e uma nova progressão da doença.

“ *A principal estratégia para o controlo da doença periodontal será uma ótima higiene oral.* ”

# QUAIS SÃO AS CONSEQUÊNCIAS DA PERIODONTITE?

DESCUBRA O QUE PODE  
ACONTECER A UM PACIENTE  
PERIODONTAL.

Das mudanças na alimentação à perda dos dentes, se não for tratada, uma periodontite pode condicionar gravemente o dia-a-dia dos Pacientes. Veja como.

Existem seis grandes consequências da doença periodontal.

## QUAIS SÃO AS CONSEQUÊNCIAS DA PERIODONTITE?

Existem várias consequências associadas à periodontite:

- Hipersensibilidade dentária
- Hemorragia gengival espontânea
- Halitose (mau hálito)
- Diastemas (Alteração da posição dos dentes)
- Mobilidade dentária
- Perda de dentes, em casos mais extremos, por destruição avançada dos tecidos de suporte.

Estas alterações, causadas pela periodontite, acarretam ainda um comprometimento estético, que poderá ter como consequência problemas de autoestima, e de exclusão social e profissional.

### ☺ Sabia que ...

Com periodontite, os Pacientes poderão ver os seus hábitos alimentares alterados.

## OS PACIENTES PERIODONTAIS PRECISAM DE ALTERAR OS SEUS HÁBITOS ALIMENTARES?

Se existirem recessões gengivais e sensibilidade dentária, por exemplo, poderá ser dolorosa a ingestão de alimentos frios e quentes.

Por sua vez, a mobilidade dentária vai impedir, em alguns casos, a ingestão de alimentos de consistência dura.

“ *Em casos mais extremos, pode ocorrer perda de dentes.* ”



# COMO É FEITO O TRATAMENTO DA PERIODONTITE?

## SAIBA COMO PODE ESTABILIZAR A DOENÇA PERIODONTAL.

A periodontite pode ter consequências graves, mas tem tratamento e esse tratamento não causa dor. Vejamos tudo, passo a passo.



*Um doente periodontal pode ser saudável.*

## A PERIODONTITE TEM TRATAMENTO? OU DEPENDE DO GRAU?

A periodontite é uma doença crónica e tem tratamento. Mas esse tratamento não visa a cura, porque a cura não existe. Não é possível a recuperação total dos tecidos perdidos. Existe sim uma

estabilização da doença. O tratamento tem como principal objetivo eliminar as bactérias responsáveis pela destruição dos tecidos periodontais, impedindo a progressão da doença.

## PODEMOS SER SAUDÁVEIS COM PERIODONTITE?

Sim. É possível ser saudável com periodontite, mas tem de ser um doente com periodontite estabilizada. Estabilizar é o objetivo do tratamento.

Se o tratamento for eficiente e as indicações dadas pelo Médico forem cumpridas, estamos perante

um Paciente periodontal saudável.

Estes Pacientes, tal como os Pacientes não portadores de periodontite, poderão realizar tratamentos dentários sem comprometimento da sua longevidade, como colocação de implantes ou aparelhos dentários.

“  
*O tratamento da periodontite pode ter três fases: a higiénica, a cirúrgica e a fase de suporte periodontal.*  
 ”



## COMO É FEITO O TRATAMENTO?

O tratamento da periodontite pode ter três fases: a higiênica, a cirúrgica e a fase de suporte periodontal (manutenção).

## COMO É A PRIMEIRA FASE?

A primeira fase, a fase higiênica, consiste na eliminação da placa bacteriana da superfície dentária e do sulco gengival, e na remoção do tártaro das superfícies das raízes.

Nesta fase, são utilizadas curetas e a ponta destartarizadora.

## E QUAL É A SEGUNDA FASE?

É a fase cirúrgica. Um mês após a consulta da fase higiênica, é necessário avaliar o resultado deste tratamento.

São analisados e avaliados vários indicadores que nos permitem decidir sobre a necessidade de realizar tratamento cirúrgico.

## QUE INDICADORES SÃO ESSES?

Profundidade de sondagem e presença de hemorragia. Ou seja, avaliar presença de bolsas com profundidade de sondagem superior a 6mm e se estas apresentam hemorragia e supuração, indicativos de atividade da doença.

É utilizada uma sonda periodontal graduada que é introduzida no in-

terior das bolsas periodontais e que permite medir a sua profundidade e observar se existe hemorragia durante a medição.

Se a doença estiver ativa, significa que a fase higiênica não foi suficiente, e o Paciente precisa de realizar tratamento cirúrgico.

“Removendo as bactérias, é possível impedir a progressão da doença periodontal.”

 Dra. Patrícia Monteiro



## | E COMO É FEITA ESSA FASE CIRÚRGICA?

A fase cirúrgica pode ser dividida em três tipos de cirurgia: ressetiva, regenerativa e plástica. As cirurgias têm com objetivo a eliminação de

bactérias e a criação de condições para o Paciente conseguir higienizar corretamente, evitando que ocorra nova acumulação de bactérias.

## | O QUE É A CIRURGIA RESSETIVA?

A cirurgia ressetiva consiste no descolamento da gengiva e na exposição da superfície radicular e do osso, possibilitando acesso

dos instrumentos, visualização e eliminação de forma mais eficiente da placa bacteriana, do tártaro, e do tecido de granulação.

## | E A CIRURGIA REGENERATIVA?

Pode ser realizada durante a cirurgia ressetiva, se se verificar a existência de defeitos ósseos possíveis de regenerar. Permite repor ausências ósseas verticais e eliminar defeitos

e concavidades ósseas retentivas de bactérias. A cirurgia regenerativa permite a reconstrução de tecidos periodontais perdidos pela doença.

## | E O QUE É A CIRURGIA PLÁSTICA?

A cirurgia plástica corresponde à reconstrução da morfologia e características das gengivas alteradas pela doença. Permite a correção

de defeitos gengivais, de forma a permitir uma correta higienização por parte do Paciente.

## | E DEPOIS DESTA FASE CIRÚRGICA, PASSAMOS ENTÃO PARA A FASE DE MANUTENÇÃO?

Sim. A fase de manutenção, designada de consultas de suporte periodontal, corresponde à fase de avaliação dos resultados obtidos nos tratamentos efetuados na fase higiénica e cirúrgica.

extremamente importantes porque permitem monitorizar o Paciente, garantindo que existe uma correta higiene oral.

E permitem detetar, precocemente, uma reativação da doença, não possibilitando a sua progressão.

As consultas de manutenção são

## | QUANTO TEMPO DURA O TRATAMENTO?

A fase higiénica é realizada por quadrante. O intervalo entre quadrantes são de 15 dias.

tas vai sempre depender do tipo de periodontite, da sua extensão e severidade, bem como do grau de colaboração do Paciente.

A fase cirurgia é realizada um mês após a fase higiénica, e as cirurgias devem ser realizadas uma por mês. A fase de manutenção é para a vida, em que o intervalo entre as consul-

A presença de fatores de risco condiciona também a periodicidade das consultas de suporte periodontal.

# O TRATAMENTO DA PERIODONTITE CAUSA DOR?

SAIBA A RESPOSTA A UMA DAS PERGUNTAS MAIS COMUNS EM PERIODONTIA.

É uma das questões que mais dúvidas suscita a quem tem problemas de gengivas: será que o tratamento causa dor? A resposta é não. Perceba porquê.

Todas as cirurgias são realizadas com anestesia local.

## | O TRATAMENTO DA PERIODONTITE CAUSA DOR?

Não, o tratamento da periodontite não causa qualquer tipo de dor ao Paciente.

Em primeiro lugar, todas as cirurgias são realizadas com anestesia local. E, por isso, o Paciente não sente absolutamente nada.

Depois, o pós-operatório é sempre acompanhado de medicação, não só analgésica, mas também anti-inflamatória e de antibióticos. Dessa forma, a recuperação torna-se o mais cômoda possível para o Paciente, sem qualquer tipo de dor ou desconforto.

## | NÃO TENHA RECEIO DE CUIDAR DA SUA SAÚDE

Se sofre da doença periodontal, saiba que, hoje em dia, não há razão para sentir medo, porque são tratamentos indolores.

Procure um Médico Dentista qualificado, analise a sua situação, esclareça as suas dúvidas e cuide da sua Saúde sem qualquer tipo de receios.

### ☺ Sabia que ...

Hoje em dia, existem instrumentos quase de microcirurgia, que lesam o menos possível os tecidos.

“  
*O Paciente não sente qualquer tipo de dor.*  
☺”

# COMO É A PRIMEIRA CONSULTA DE TRATAMENTO?

## CONHEÇA OS MEIOS DE DIAGNÓSTICO USADOS PELO MÉDICO DENTISTA.

Visitar o Médico Dentista é o primeiro passo para tratar da doença periodontal. Mas, afinal, o que é feito na consulta de diagnóstico inicial? Entenda tudo.

*O tratamento nunca é feito logo na primeira consulta.*

## COMO É A PRIMEIRA CONSULTA?

É extremamente importante. Além de determinar o diagnóstico, é uma consulta muito importante

para explicar ao Paciente o que é a doença, qual o seu tratamento e as consequências do não tratamento.

## QUAIS SÃO OS EXAMES DE DIAGNÓSTICO NECESSÁRIOS?

São 3 exames principais. Exame clínico, periodontograma e status radiográfico.

Todos são importantes e complementares para determinarmos o diagnóstico, e definir o tipo de periodontite, quanto à sua extensão e quanto à sua severidade.

Em primeiro lugar, é extremamente importante realizar uma história clínica o mais completa possível, de forma a identificar patologias ou hábitos de risco.

De seguida, realiza-se o exame clínico, que consiste em analisar a morfologia gengival, a cor da

gengiva, a existência de defeitos mucogengivais e a existência de pontos de hemorragia e de acumulação de placa bacteriana.

O periodontograma permite registar vários parâmetros periodontais como a mobilidade dentária, a profundidade de sondagem, comprometimento da furca, o grau de higiene oral, entre outros.

O status radiográfico é um conjunto de radiografias que permite avaliar o nível ósseo, detetar a presença de lesões de cáries, visualizar a adaptação das restaurações e reabilitações fixas, entre outros.

## E O TRATAMENTO? É FEITO LOGO NA PRIMEIRA CONSULTA?

Não, nunca é feito na primeira consulta. Pode haver é necessidade de fazer uma destartarização leve, para conseguirmos preencher o periodontograma.

Se o Paciente apresentar muito tártaro, não vamos conseguir realizar as medições para determinar a profundidade de sondagem.

“

*Na primeira consulta, são feitos 3 exames: exame clínico, periodontograma e status radiográfico.*

”

“Na primeira consulta, é possível explicar ao Paciente em que consiste a doença e como é feito o tratamento, esclarecendo as suas dúvidas.”

Dr. Patrícia Monteiro



# QUE CUIDADOS DEVEMOS TER DEPOIS DO TRATAMENTO?

## SAIBA O QUE MUDA NO DIA-A-DIA DOS PACIENTES PERIODONTAIS.

Depois do tratamento da doença periodontal, existem alguns aspectos que devemos ter em conta, nomeadamente ao nível da higiene oral. Perceba melhor.

*Os doentes periodontais têm de ser monitorizados a vida toda.*

## | O QUE MUDA NA PERIODICIDADE DAS CONSULTAS?

Os Pacientes que não sejam portadores de periodontite deverão ir ao dentista de 6 em 6 meses, com o objetivo de realizar uma destarização e uma avaliação do seu estado de Saúde Oral.

Poderá haver necessidade de diminuir este intervalo caso se verifique algum sinal ou sintoma de alerta.

Por sua vez, os doentes periodontais têm que ser monitorizados a vida toda, e a periodicidade das consultas está dependente de vários fatores.

Entre eles, o tipo de periodontite, a extensão, a severidade, os hábitos de risco, as patologias de risco e a capacidade do Paciente efetuar um correto controlo da placa bacteriana.

## | E QUE OUTROS FATORES PODEM SER CONTROLADOS?

A única coisa que é possível de ser controlada é a remoção de bactérias. Sobre os outros fatores de risco, podemos tentar alterar hábitos e controlar patologias, mas sem sucesso garantido.

Relativamente aos hábitos tabágicos, por exemplo, é possível explicar

a relação direta que existe entre a periodontite e o tabaco, mas não é possível obrigar os Pacientes a cessarem este hábito.

Existe descrita uma possível correlação entre a periodontite, a obesidade e as carências alimentares. E, nestes casos, é possível tentar atuar

de forma a corrigir estes distúrbios alimentares.

Quando a periodontite está relacionada com fatores sistêmicos, como diabetes e HIV, torna-se mais

difícil controlar a interferência na doença periodontal. É possível apenas tentar minimizar o seu efeito, informando o Paciente da importância de manter estas patologias controladas.

“ *Devemos ter uma higiene oral o mais rigorosa possível.* ”

## | QUE TIPO DE CUIDADOS DEVEMOS TER DEPOIS DO TRATAMENTO?

Primeiro, devemos ter uma higiene oral o mais rigorosa possível. Não podemos faltar a nenhuma consulta.

Se verificarmos sinais e sintomas de alerta (dor, hemorragia, sensibilidade dentária, recessões gen-

givas, deslocamentos dentários, mobilidade, halitose), devemos de imediato antecipar a consulta.

Além disso, Pacientes com patologias de risco têm de controlar a doença em questão.

# UM GRUPO QUE SORRI PARA A VIDA

## OralMED SAÚDE

Quando pensar em Saúde Oral, pense nos 800 colaboradores que fazem parte do Grupo OralMED SAÚDE. Com mais de 40 Clínicas próprias, Laboratórios integrados, Centros de Formação no Norte e Sul do País, e um Contact Center dedicado, o Grupo OralMED SAÚDE é o primeiro Grupo Português especializado em Medicina Dentária.

## OralMED Medicina Dentária

A OralMED MEDICINA DENTÁRIA está presente em todo o país, com mais de 4 dezenas de unidades clínicas. Acreditamos que temos uma missão especial: ajudar os nossos Pacientes a sorrirem para a Vida. Porque quando sorrimos para a Vida, a Vida devolve-nos um Sorriso. E tudo começa com a nossa Saúde Oral.

## OralMED Laboratórios

A qualidade do seu tratamento dentário começa na equipa médica, mas também envolve outros profissionais qualificados que dão um suporte laboratorial permanente. É por isso que no universo OralMED existem laboratórios próprios, no Norte e Sul do País, com uma equipa constituída por mais de 50 profissionais especializados em prótese dentária.

## OralMED Contacto

Cuidar da Saúde Oral requer um cuidado e acompanhamento permanente dos nossos Pacientes. E por isso, o Grupo OralMED SAÚDE criou o primeiro Contact Center em Portugal especializado na área da Saúde. Uma equipa totalmente dedicada a dar todo o apoio aos nossos Pacientes, para que nada falte durante o seu tratamento.

## OralMED Academia

A Medicina Dentária é uma importante área de conhecimento que está em constante evolução. Por isso, o Grupo OralMED SAÚDE dispõe de um centro de formação próprio onde os seus profissionais partilham todo o conhecimento adquirido, através de diferentes workshops e cursos formativos de especialização.



# SORRIA PARA A VIDA.

**CONSULTE O SEU MÉDICO DENTISTA.**

Os textos apresentados neste e-book pretendem ser um apoio para os portugueses e despertar a sua consciência para a importância da Saúde Oral. Tal informação não deve ser utilizada, em momento algum, para efeitos de diagnóstico médico, nem encarada como substituta do aconselhamento de um profissional de Medicina Dentária. No caso de sentir alguma dúvida ou qualquer tipo de desconforto, por favor, visite imediatamente o seu médico dentista.

Direitos reservados

O uso dos conteúdos deste e-book apenas é permitido para utilização pessoal, não sendo permitida qualquer utilização para fins comerciais, ou outros. Nenhum conteúdo de propriedade intelectual presente neste livro pode ser utilizado, modificado ou incorporado sem autorização expressa do Grupo OralMED SAÚDE.

Créditos das imagens: iStock

Este Guia de Saúde Oral é uma iniciativa desenvolvida pela Direção de Marketing do Grupo OralMED SAÚDE.

Edição: março 2019 (v1.0)



# CONSULTE A BIBLIOTECA DE SAÚDE OralMED



OralMED | Um Sorriso para a Vida

[www.oralmed.pt](http://www.oralmed.pt)



OralMED  
SAÚDE

SEDE: Torres de Lisboa, Rua Tomás da Fonseca  
Torre G, Piso 6 A. 1600-209 Lisboa