

Prevenção das Doenças Bucais

Há inúmeras doenças que podem se manifestar na boca. Podem ser causadas por traumatismos, infecções, doenças de pele e mucosas, problemas no sistema imunológico, entre outros. A descoberta precoce de alterações na boca torna mais fácil o tratamento e a cura.

Unidades do Saúde Naval com atendimento odontológico:

AMBULATÓRIO NAVAL DA PENHA (ANP)

Av. Brasil, nº 10.946 – Penha Tel. 2584-0078

HOSPITAL NAVAL MARCÍLIO DIAS (HNMD)

Rua César Zama, nº 185 – Lins de Vasconcelos Tel.: 2599-5599

ODONTOCLÍNICA CENTRAL DA MARINHA (OCM)

Praça Barão de Ladário, s/nº – Centro Tel: 2104-6600

POLICLÍNICA NAVAL DE CAMPO GRANDE PNCG

Av. Brasil, nº 44.878 – Campo Grande Tel.: 3394-1071

POLICLÍNICA NAVAL DE NITERÓI (PNN)

Rua Barão de Jaceguai, s/nº – Ponta D'Areia – Niterói Tel.: 2189-3372

POLICLÍNICA NAVAL NOSSA SENHORA DA GLÓRIA (PNNSG)

Rua Conde de Bonfim, nº 54 – Tijuca Tel.: 2566-1200

SANATÓRIO NAVAL DE NOVA FRIBURGO (SNNF)

Av. Gov. Geremias de Mattos Fontes, s/nº – Centro – Tel.: (22) 2525-9501

*Queremos o bem
do nosso maior bem:
Família Naval*



PROTEGENDO NOSSAS RIQUEZAS,
CUIDANDO DA NOSSA GENTE.

Mais informações:

www.saudenaval.mar.mil.br

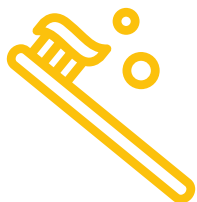
SAÚDE BUCAL

Orientações Gerais



Saúde Naval

Os cuidados com a boca garantem mais do que um sorriso bonito. Garantem saúde.



Cárie e Doenças Gengivais

A **cárie dentária** é uma lesão causada pela ação da placa bacteriana (uma camada firmemente aderida à superfície do dente e que contém bactérias) cuja ação leva à perda da estrutura dentária.

Já a **gingivite** é outra doença causada pela placa bacteriana em que a gengiva fica inflamada, inchada, avermelhada e sangra facilmente. Se não for tratada, o quadro pode se agravar, comprometendo o osso que envolve os dentes. Nesse caso, passa a ser chamada de **periodontite**.

Cuidados preventivos

A prevenção envolve uma rotina diária de hábitos saudáveis, que inclui:

- Escovar os dentes após as principais refeições;
- Realizar a limpeza interdental diariamente, usando fio/escova interdental;
- Diminuir a ingestão de alimentos ricos em açúcares, principalmente entre as refeições;
- Fazer visitas regulares ao dentista.

Câncer Bucal

É uma doença maligna que pode ocorrer em qualquer região da boca, principalmente língua, gengiva e assoalho bucal (região abaixo da língua). Pode aparecer como feridas, caroços, mancha branca ou vermelha que persistem por mais de três semanas. Em casos mais avançados, o paciente pode apresentar dificuldades para falar, mastigar ou engolir.



Como prevenir o risco de Câncer Bucal?

As principais recomendações para prevenção são: evitar ou reduzir o fumo do cigarro e ingestão de bebidas alcoólicas; alimentação rica em frutas, verduras e legumes; proteger-se dos raios solares (protetor labial, chapéu/boné); e visitar o dentista regularmente.

Traumatismo Dental

É muito comum crianças sofrerem quedas inesperadas e os dentes serem atingidos. Em adultos, a incidência de traumas dentários tem como causa, além das quedas, agressões físicas, atividades esportivas e acidentes.



Como proceder em caso de Trauma dental?

- Mantenha-se calmo;
- Lave a região machucada;
- Em caso de sangramento, comprima com pano ou gaze;
- Se possível, coloque gelo no local;
- Em traumatismo de dentes definitivos, caso haja mudança da posição original, tente reposicioná-los. Se o dente sair por inteiro, nunca segure-o pela raiz ou esfregue-o. Lave-o abundantemente com água e tente recolocá-lo no lugar imediatamente após o acidente. Caso seja um dente de leite, nunca tente recolocá-lo. Se não for possível recolocar o dente, coloque-o num recipiente com leite ou soro ou saliva ou água filtrada; e
- Procure imediatamente um Cirurgião-dentista.