

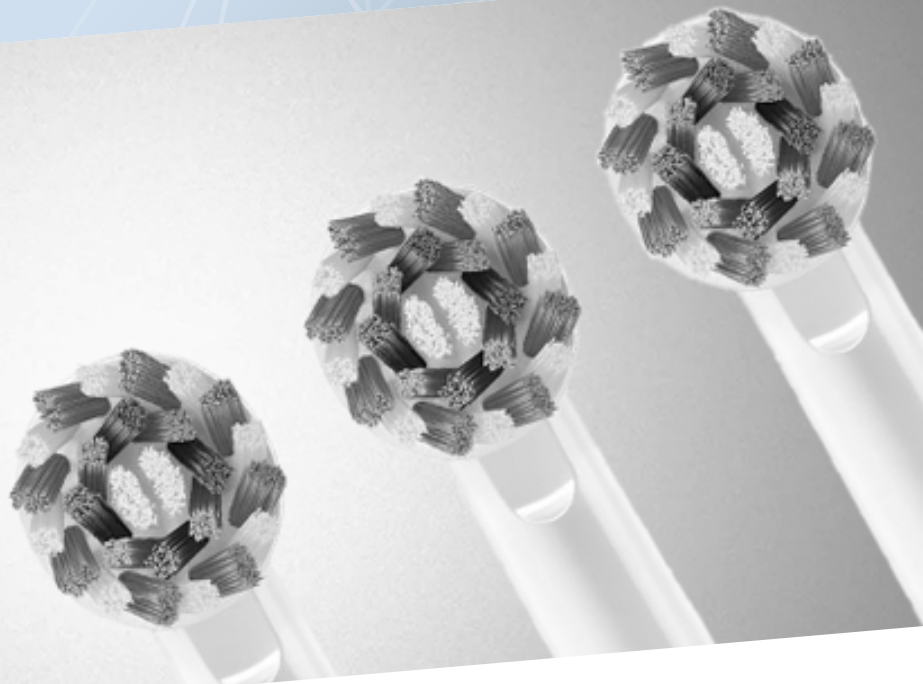


**ROSA
CARVALHO**

DEPARTAMENTO DE HIGIENE ORAL
MALO CLINIC

MEDICINA DENTÁRIA

AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PARA A SAÚDE E HIGIENE ORAL



Estas ações tiveram como objetivo, sensibilizar, informar, motivar e esclarecer a população alvo. De uma forma simples e prática a população alvo foi informada sobre as doenças da cavidade oral, causas e consequências se não forem tratadas e também como solucionar ou evitar o aparecimento das mesmas.

Manter uma boa higiene oral é fundamental não só para os dentes e gengivas, mas para todo o corpo.

Sabia que...

Uma má higiene oral pode causar direta ou indiretamente cáries, gengivites, periodontites, mau hálito, perda de dentes, problemas pulmonares, acidentes vasculares cerebrais (AVC), problemas cardíacos, cancro oral, diabetes entre outros?

Os hábitos de higiene oral diários ajudam a prevenir tudo isto. São vários os procedimentos que você precisa fazer para deixar a sua boca limpa. Esses procedimentos são feitos por intermédio de acessórios de uso pessoal como por exemplo a escova, o fio dentário e os bochechos diários com elixires.

A prevenção é a melhor opção e a forma mais económica para cuidar da sua saúde oral:

Uma boa escovagem 2 a 3 vezes por dia com escova elétrica ou manual, o uso correto e diário do fio dentário e a utilização de elixires ajudam a evitar os problemas na cavidade oral. Tudo isto sempre com o acompanhamento do seu Higienista Oral ou Médico Dentista pelo menos 2 vezes ao ano.

A nossa sociedade já está mais sensibilizada e motivada para a saúde oral. No entanto, é importante informar continuamente a população e a melhor forma é sem dúvida por intermédio das crianças: Os nossos homens de amanhã.

As vantagens de ter uma boa saúde oral passam por um hálito fresco, mastigar bem os alimentos, um sorriso cheio de vitalidade e ajuda a prolongar a qualidade de vida.

Uma boca saudável facilita a comunicação e a interação com os outros.
A nossa saúde oral está ao nosso alcance e basta querer, porque QUERER É PODER.

A forma mais barata de tratamento é sempre a PREVENÇÃO.
Em adição, tinha conhecimento que ter uma boa saúde oral é essencial para maximizar o desempenho dos atletas? A nossa seleção está com um sorriso 5 estrelas!