

Código: 5050

Prevenção da Cárie Dentária

A cárie dentária é uma doença multifatorial, biopelme-agúcar-dependente, dinâmica e associada a distúrbios ecológicos no meio bucal. Ela ocorre devido a desequilíbrios nos processos de desmineralização do esmalte dentário, quando devido a presença de carboidratos o pH cai abaixo de 5,5 no esmalte e 6,2 na dentina, e remineralização, quando o pH da cavidade bucal aumenta acima destes valores e ocorre a deposição de minerais na superfície do dente.

Prevenção da cárie dentária
Não é só nos dentes.

Para atuar na prevenção da cárie dentária é necessário não apenas escovar os dentes mas também atuar nos fatores determinantes da cárie como: biopelme, dieta, acesso a fluoretos, fatores sociais e comportamentais. Para controle da doença é importante atuar na promoção de saúde facilitando escolhas saudáveis para as pessoas terem acesso aos determinantes da saúde relacionados a essa condição como alimentação mais saudável, água fluoretada e também deve-se pensar em mínima intervenção quando for necessário fazer procedimentos preventivos ou restauradores.

Em relação ao biopelme dental a remoção mecânica do mesmo é eficaz por meio da escovação dentária, utilização do fio dental, sendo

que a escovação ^{com Flúor} deve ocorrer com a supervisão de um adulto, em crianças até os 9 anos aproximadamente quando a criança desenvolve melhor coordenação motora para realizar a escovação de forma adequada. Essa escovação deve ocorrer 2x ao dia preferencialmente depois do café e depois do jantar.

Quando se fala em dieta é importante orientar os pais para que não forneçam carboidratos para as crianças até os 2 anos e a partir de então, que a dieta seja equilibrada, sendo que a frequência de consumo do açúcar é mais prejudicial para o desenvolvimento da cárie do que a quantidade, pois quanto mais frequente o consumo de açúcar, mais desequilíbrios ocorrerão no processo de desmineralização-rem mineralização (DES-RE) ^{mesmo} ~~possibilitando~~ a atuação dos ácidos bacterianos e o aparecimento das lesões, sendo que as principais bactérias cariogênicas são os estreptococos mutans e lactobacilos entre outras.

Em relação a utilização dos Fluoretos deve se ressaltar que, devem ser utilizados desde a erupção do primeiro dente no momento da escovação dental. Os primeiros dentes normalmente irrompem em ~~em~~ ^{em} bebês com aproximadamente 6 meses de idade, a partir daí pode ser feita a escovação dental com creme dental fluoretado, sendo que é necessário observar a quantidade de creme dental que deve ser de um grão

Código: 5050

de arroz cru para crianças com menos de 3 anos de idade e de um grão de ervilha para crianças entre 3 e 6 anos de idade, sendo que o creme dental deve conter no mínimo de 1000 a 1500 ppm de Flúor e a escovação dental deve ser feita após as refeições.

A quantidade de creme dental deve ser pouca para evitar intoxicação sistêmica e o surgimento da Fluorose dentária.

É importante ressaltar que a escovação dentária com creme dental fluorado é um método de prevenção individual, mas que conforme as evidências mais atuais vindas de revisões sistemáticas atualizadas é o método mais eficiente ~~quando~~ para prevenção da cárie dentária também em termos coletivos, pois se as pessoas tiverem acesso a escova dental e creme dental fluorado já vão ter acesso a toda a proteção que o flúor fornece em relação a cárie dentária, se fizerem frequentemente a escovação dental duas ou três vezes ao dia.

Os Fluoretos também são utilizados em estratégias coletivas de prevenção da cárie como na Fluoretação das águas, que é uma estratégia de prevenção da cárie extremamente eficiente e de baixo custo quando se fala em políticas públicas para prevenção da cárie dentária que é considerado um problema de saúde pública.

O acesso a água fluorada reduz a incidência de cárie dentária consideravelmente nas populações, principalmente no Brasil, pois com muita desigualdade social e populações vulneráveis, que na atualidade são as populações que mais sofrem com essa doença que é associada principalmente a populações vulneráveis que muitas vezes não vão ter acesso a outros métodos preventivos. É importante ressaltar que o Flúor tem ação tóptica e é preventivo e terapêutico.

Quando a lesão de cárie se inicia ^{nos dentes} como no caso da mancha branca que pode ser ativa, apresentando características: rugosa e opaca, ou também mancha branca inativa, lisa e brilhante podem ser utilizados o ~~gel de~~ Flúor em gel e o verniz fluorado, sendo que o gel é menos concentrado do que o verniz, ~~que deve~~ ser aplicado.

O gel fluorado pode ser utilizado em pacientes com manchas brancas que apresentam baixo e moderado risco a cárie, enquanto o verniz deve ser utilizado em pacientes com alto risco de cárie, ou seja, que desenvolvem lesões com facilidade devido a higiene bucal ruim, alto consumo de carboidratos, etc.

Deve-se ter cuidado durante a utilização de verniz fluorado em crianças ~~menores~~ com pouca idade devido ao risco de deglutição.

Outro método preventivo contra a cárie

Código: 5050

é o diamino Fluoreto de prata (carioestático) que pode ser utilizado em crianças com menor idade, cujo condicionamento para o tratamento seja mais difícil, pois ele é de fácil aplicação, sem necessidade de instrumentos rotatórios, e paralisa as lesões de cárie ativas, sendo que a desvantagem é que ele deixa o dente escurecido.

O diamino Fluoreto de prata deve ter a concentração de 38% e teve seu destaque maior na atualidade devido ao ~~surgimento~~ a situação da odontologia com mínima intervenção para preservar tecidos dentários.

A aplicação de selante também é um importante método preventivo da cárie dentária, sendo que os selantes podem ser de dois tipos:

- Resinosos
- Ionoméricos

Os selantes devem ser aplicados em ~~dentos~~ molares primeiros e segundos molares recém-erupcionados e também podem ser aplicados em lesões de cárie em estágio inicial, como em esmalte e iniciando em dentina para evitar progressão da lesão.

Ressaltando que os selantes resinosos necessitam de isolamento absoluto para aplicação devido as características do material, que ~~pode~~ pode ter contato com umidade, portanto ele só deve ser aplicado em dentes totalmente erupcionados. Já os selantes ionoméricos não necessitam de isolamento absoluto

portanto, podem ser aplicados em dentes que ainda não completaram totalmente sua erupção, pois resistem mais a umidade.

Outra estratégia de prevenção da cárie dentária importante é a educação em saúde, na qual são feitas orientações em relação aos riscos da doença por meio de palestras, em escolas ou em grupos de gestantes ou ~~pacientes~~ pessoas com alto risco de desenvolver a doença. Lembrando que a educação em saúde é uma estratégia de prevenção de curto prazo, portanto essas orientações devem ser repetidas de ~~tempo em tempo~~ ~~com certa frequência~~, ~~em e passar~~ periodicamente com o passar do tempo.

Foram listados alguns métodos e estratégias, além de materiais utilizados na prevenção da cárie dentária, que é uma doença ~~que~~ ainda prevalente que causa dor e sofrimento principalmente em populações vulneráveis. Com a utilização desses métodos e estratégias é possível reduzir a incidência ~~da~~ da cárie e ~~melhorar~~ possibilitando que as pessoas vivam mais saudáveis e tenham mais qualidade de vida.