



**Núcleo Avançado de Tratamento Odontológico**

PRODUZINDO AUTOESTIMA DESDE 1990

*Direção: Drs. Luiz Alberto Ferraz de Caldas e Carla Gonçalves Gamba*

*Board in Conscious Sedation and Implantology – Division of Oral and Maxillofacial Surgery Strict School of Medicine- Loyola University USA*

*Mestres em Saúde Coletiva UNICAMP Mestres em Farmacologia UFLA*

***Cirurgia = Reabilitação Oral = Implantodontia = Endodontia = Periodontia = Odontopediatria = Pacientes Especiais Traumatismo Dental***

---

## **Escovas Dentais**

### **Qual a importância da escovação dos dentes para a saúde bucal?**

Para a prevenção da cárie e da doença periodontal, é necessário que se faça uma completa remoção da placa bacteriana, a principal causadora dessas doenças, através de uma escovação correta.

### **A escova dura parece que limpa melhor os dentes. Seu uso pode prejudicá-los?**

A escova ideal para dentes naturais deve ser macia ou extramacia porque, para uma boa escovação dental, é necessário escovar as gengivas, e escovas duras, além de machucarem a gengiva, podem desgastar os dentes, provocando sensibilidade, e provocar a retração gengival, que pode afetar a estética do sorriso e também provocar dor.

### **Existe uma escova de dentes apropriada para cada idade?**

Atualmente é preconizado o início da escovação logo após o aparecimento do primeiro dentinho, no bebê; a escova indicada, embora tenhamos poucas opções no mercado nacional, é uma escova extramacia, que limpe os dentinhos recém-erupcionados, faça massagem na gengiva e tenha um cabo que permita um bom apoio para o adulto que irá fazer a escovação. A partir dos 3 anos, a criança gosta, ela mesma, de fazer a escovação; nesse caso deve ser usada uma escova com a cabeça pequena, cerdas macias e que tenha uma proteção no longo eixo do cabo, para evitar acidentes; um adulto, entretanto, deve complementar a escovação.

A partir dos 7 anos, a criança quase sempre já consegue realizar a escovação sozinha, embora deva haver a supervisão de um adulto. A escova deve ter cabeça de tamanho médio, cerdas macias, pontas arredondadas e um cabo robusto, que facilite a empunhadura.

---

*Unidade 1: Av. Ayrton Senna 1850 Gr 306 Shopping Barra Plaza - Barra da Tijuca - Telefone: 3329-3000 fax: 2430-3326*

*Unidade 2: Rua Bonifácio Portela, 05 – Sala 227 – Shopping Florescer – Miguel Pereira Telefax: (24) 2484 – 5273*

**URGÊNCIAS: (21) 81559092**

*e-mail: [nato@gruponitro.com.br](mailto:nato@gruponitro.com.br) : website: [www.gruponitro.com.br](http://www.gruponitro.com.br)*



**Núcleo Avançado de Tratamento Odontológico**

PRODUZINDO AUTOESTIMA DESDE 1990

*Direção: Drs. Luiz Alberto Ferraz de Caldas e Carla Gonçalves Gamba*

*Board in Conscious Sedation and Implantology – Division of Oral and Maxillofacial Surgery Strict School of Medicine- Loyola University USA*

*Mestres em Saúde Coletiva UNICAMP Mestres em Farmacologia UFLA*

***Cirurgia = Reabilitação Oral = Implantodontia = Endodontia = Periodontia = Odontopediatria = Pacientes Especiais Traumatismo Dental***

### **O que é escova interdental?**

A escova interdental tem sido utilizada para a limpeza sob próteses fixas e também no caso de doentes periodontais que perderam a papila que fica em meio aos dentes. Para quem não tem doença periodontal, a escova interdental poderá forçar a gengiva e provocar uma lesão traumática; assim, o uso adequado do fio dental é aconselhável.

### **As escovas elétrica podem substituir as escovas comuns?**

Normalmente as escovas elétricas têm sido indicadas a pacientes especiais que tenham algum tipo de dificuldade motora para fazer uso da escova comum e especialmente a pacientes geriátricos que tenham alto risco às cáries radiculares e também à doença periodontal. O uso da escova elétrica nesses casos serve de estímulo para que o paciente mantenha sua saúde bucal mesmo tendo dificuldades motoras. Quando forem indicadas, é importante salientar que as escovas sejam macias ou extramacias e, se possível, que tenham movimento elíptico durante o seu uso.

### **Quem tem doença periodontal necessita de escova especial?**

A essas pessoas indica-se o uso de escova com cerdas extramacias e escovas do tipo tufo, que escovam dente a dente, fazendo uma remoção mais eficiente da placa bacteriana.

### **E quem usa aparelho fixo?**

A instrução e a motivação do paciente são os principais meios de prevenção, constituindo-se as escovas especiais como a bitufo, a sulcus (duas fileiras de cerdas) ou a orthodontic (cerdas com depressão em forma de V) em meios auxiliares no controle da higienização.

### **Qual a melhor escova para dentadura?**

*Unidade 1: Av. Ayrton Senna 1850 Gr 306 Shopping Barra Plaza - Barra da Tijuca - Telefone: 3329-3000 fax: 2430-3326*

*Unidade 2: Rua Bonifácio Portela, 05 – Sala 227 – Shopping Florescer – Miguel Pereira Telefax: (24) 2484 – 5273*

**URGÊNCIAS: (21) 81559092**

e-mail: [nato@gruponitro.com.br](mailto:nato@gruponitro.com.br) : website: [www.gruponitro.com.br](http://www.gruponitro.com.br)

*Direção: Drs. Luiz Alberto Ferraz de Caldas e Carla Gonçalves Gamba*  
*Board in Conscious Sedation and Implantology – Division of Oral and Maxillofacial Surgery Strict School of Medicine- Loyola University USA*  
*Mestres em Saúde Coletiva UNICAMP Mestres em Farmacologia UFLA*

***Cirurgia = Reabilitação Oral = Implantodontia = Endodontia = Periodontia = Odontopediatria = Pacientes Especiais Traumatismo Dental***

---

Atualmente existem no mercado algumas escovas específicas para escovar as próteses totais; são maiores que as escovas de dentes comuns, têm cerdas duras, e o desenho é adequado ao formato da prótese. Caso não se encontrem as escovas específicas, pode-se simplesmente utilizar uma escova dental dura.

#### **Quanto tempo deve durar cada escovação?**

É necessário que não haja pressa; devemos caprichar na escovação realizada à noite, após o jantar ou antes de dormir, limpando todos os dentes: primeiro com o fio dental e, em seguida, com a escova. Esse processo deve demorar cerca de 10 minutos.

#### **Quantas vezes por dia é necessário escovar os dentes?**

Isso depende do risco do paciente à cárie ou à doença periodontal. Para pacientes considerados "normais", ainda se prescreve que se façam três escovações ao dia: pela manhã, após o almoço e após o jantar ou antes de dormir; contudo, deve-se saber que a higienização mais importante é aquela realizada à noite.

**Fonte: Revista da APCD**