

# SAÚDE *Bucal*



**Não é só sobre os dentes!**

Se você está acompanhando os e-books da Geap sobre saúde bucal desde o início, já está ciente sobre a importância de **cuidar** dela em todas as fases da vida e sobre as **vantagens de ter um plano de saúde com assistência odontológica** para te ajudar nesse cuidado.

Agora, no último E-book da série, você vai **entender porque "Saúde bucal não é só sobre os dentes!"** e, certamente, perceber que ela engloba fatores importantes na vida, como saúde, qualidade de vida e autoestima. Vamos nessa?

## **DIRETORIA EXECUTIVA**

Diretor-Presidente  
**Ricardo Marques Figueiredo**

Diretor de Saúde  
**Pablo Gontijo Resende**

Diretor de Controle de Qualidade  
**Luciano Monteiro Serrão**

Diretor de Finanças  
**Cláudio Lopes Barbosa**

Diretor de Administração  
**Marco Antônio Rassier Filho**

## **GERÊNCIA DE REGULAÇÃO MÉDICA**

Gerente  
**Rosana Claudia de Souza Rocha**

## **COORDENAÇÃO DE ASSISTÊNCIA À SAÚDE**

Coordenadora  
**Juliana da Cruz Ferreira**

## **ASSESSORIA DE PRODUTOS E CLIENTES/ NÚCLEO DE MARKETING**

Assessora-Interina  
**Ana Paula Lucas Sandoval Machado**

## **REDAÇÃO E REVISÃO**

**Giovanna Regina Wobeto**  
**Sheila Rodrigues de Souza**

## **PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO**

**Alice Gomes Leite**  
**Bianca Viriato Accioly**  
**Luan Cunha Azevedo**



**Como assim,  
DENTISTA não cuida  
só dos DENTES?**



Engana-se quem pensa que o dentista é um profissional preparado apenas para tratar os dentes das pessoas. Eles(as) fazem muito mais do que isso! São formados para cuidar de várias partes da face e lidar com traumas, promovendo a saúde como um todo e o bem-estar do(a) paciente.



# Autoestima começa pela boca?!

Quando o assunto é autoestima, vale a pena a reflexão: “Será que eu me cuido como deveria e tenho feito aquilo que me faz bem?”. Às vezes, focamos em coisas menos importantes e não avaliamos o que, de fato, pode aumentar o bem-estar, a qualidade de vida, a longevidade e o próprio relacionamento com outras pessoas. **O que isso tem a ver com saúde bucal e consultas odontológicas periódicas? Explicaremos a seguir!**

## O mau hálito pode vir de maus hábitos...



**O dentista ajuda a tratar um problema que afeta cerca de 40% da população mundial, segunda a Organização Mundial de Saúde (OMS): a halitose, mais conhecida como mau hálito.**

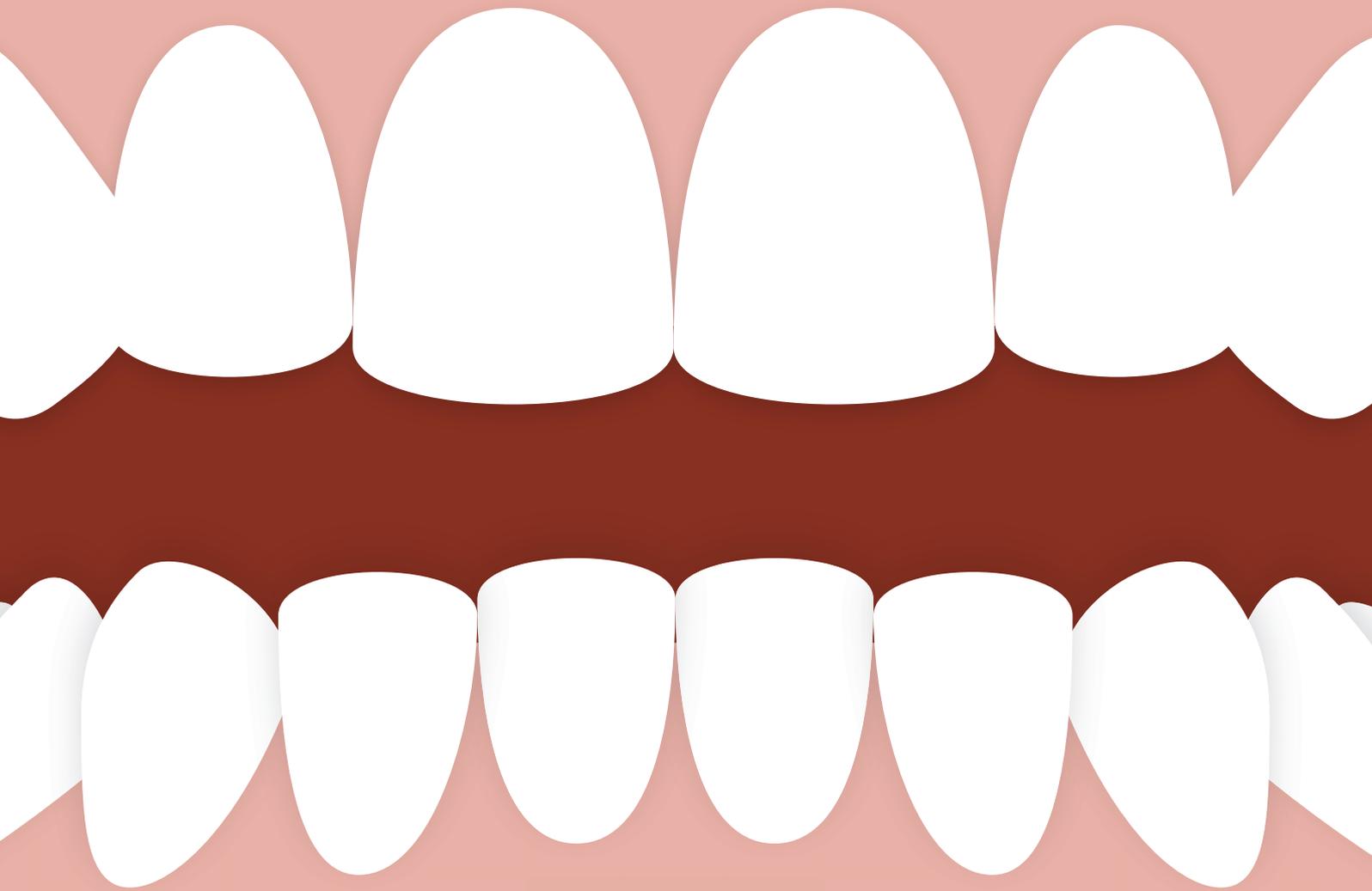


As causas para esse problema podem ser variadas: **alimentação** (ficar muito tempo sem comer, por exemplo), **diabetes**, **cáries**, **cáseos amigdalianos** (placas bacterianas que ficam nas amígdalas), **má higiene** (da língua, dos dentes, de dentaduras), **gastrite ou refluxo**, **infecções e inflamações de garganta ou do trato respiratório**, **xerostomia** (boca seca), **tabagismo e alcoolismo**, **gingivite**, **baixo consumo de água**. Ufa!

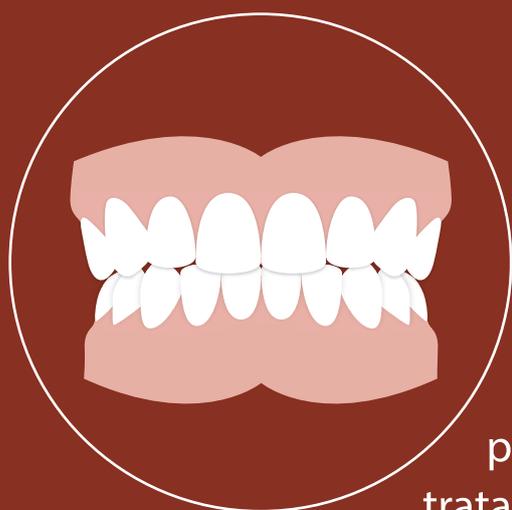
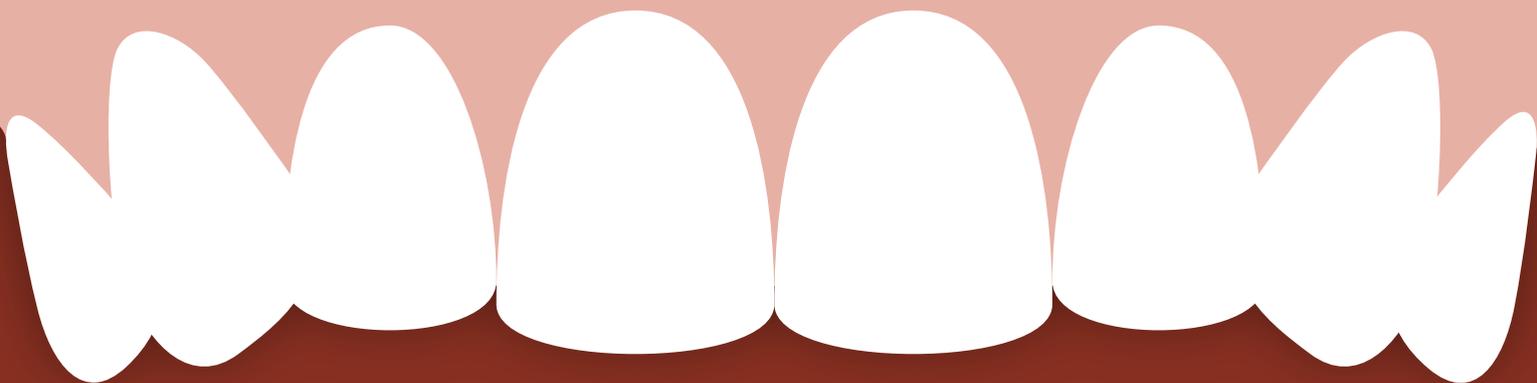
Quando se procura o dentista com frequência, esse profissional consegue identificar porque a halitose está ocorrendo, passar as orientações e indicar o melhor tratamento para o caso de cada paciente. Fazendo isso, é possível recuperar a saúde bucal, geral e a autoestima, sentir-se mais seguro(a) no dia a dia e viver ainda mais tranquilo(a) e feliz consigo!



**Saúde Bucal – Não é só sobre os dentes!**



# Gengiva, pra que te quero?



Já parou pra pensar na importância que a gengiva tem para a saúde bucal do ser humano? **Ela nutre, protege e sustenta a arcada dentária** (funciona como um escudo para os ossos dos dentes!). Como já visto nos outros E-books, existe um profissional da odontologia especialista em tratar a gengiva: **o periodontista**.

Além disso, ela aparece pra valer, geralmente, quando sorrimos. Se repararmos bem, **é ela quem delimita o sorriso das pessoas**, colaborando (ou não) para a harmonia dele. **Olha aí a autoestima outra vez!**



Quando escovamos os dentes ela também dá o ar da graça, mas será que a limpamos direito? **Os micro-organismos e bactérias não atacam somente os dentes**, por isso, é preciso dar uma atenção especial para a gengiva na hora da higiene bucal. Efetuar uma escovação adequada (relembre no E-book 1) e utilizar o fio dental frequentemente são hábitos fundamentais para protegê-la.

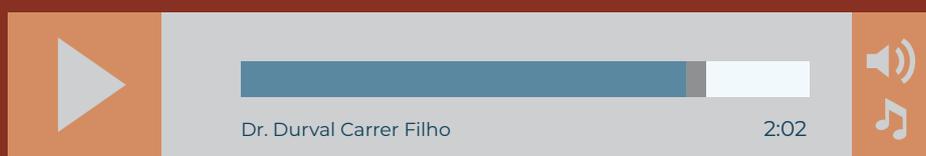


A gengivite (inflamação da gengiva) precisa ser detectada e tratada de forma correta para não evoluir para problemas maiores, como a periodontite e até a perda do dente. Sinais como **gengiva avermelhada, inchada e sangramentos constantes** servem de alerta para procurar um(a) profissional.

**Já a periodontite é uma doença mais séria** que pode estar associada ao aumento do risco de problemas cardiovasculares e partos prematuros. Por isso, não se pode ignorar os sinais que a sua gengiva dá.



## PALAVRA DO ESPECIALISTA



**CLIQUE E OUÇA**

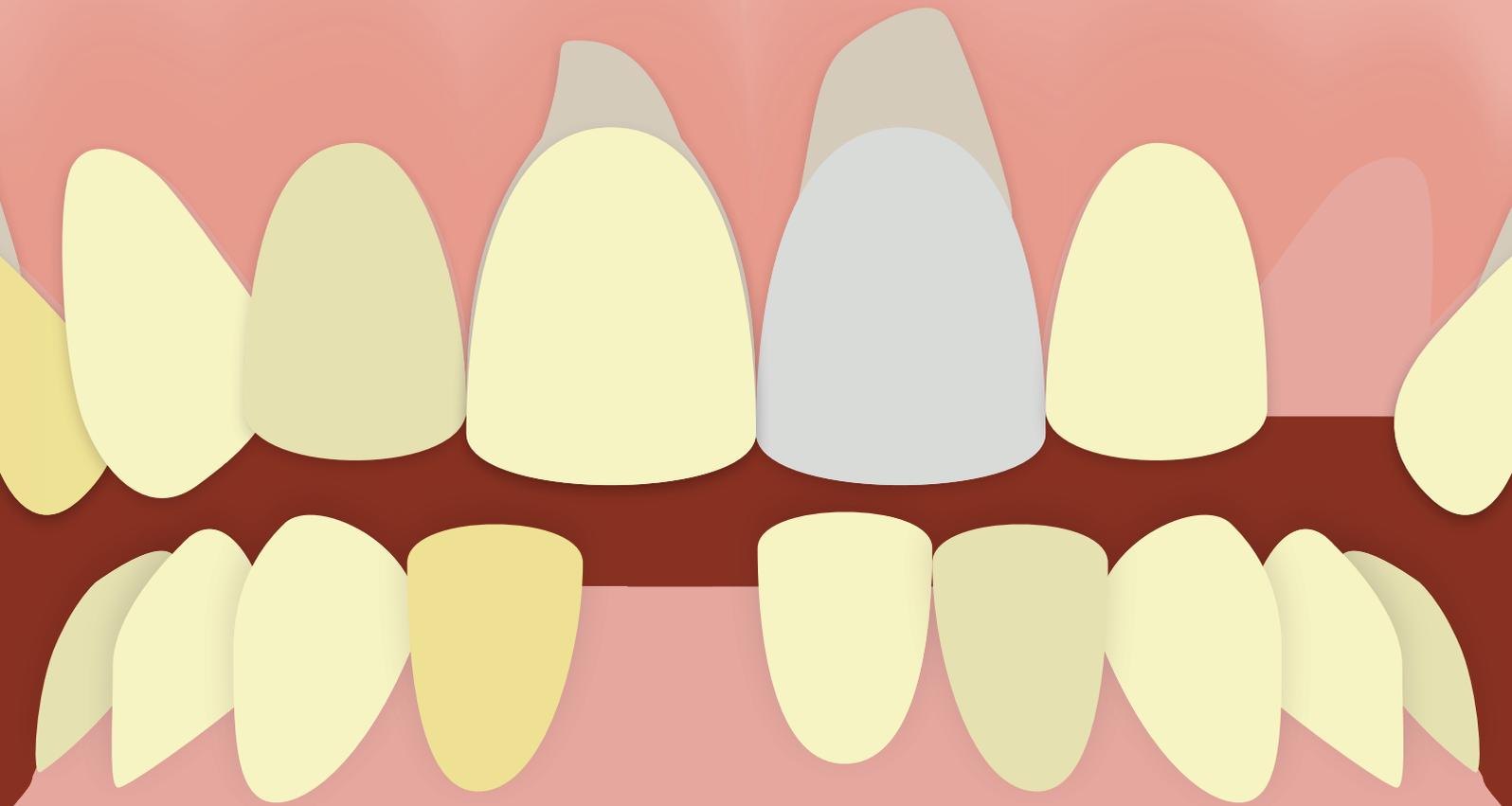


# Não se esqueça da língua!

A língua nos permite sentir o gosto dos alimentos, auxilia na mastigação, deglutição e na fala.

Batendo na tecla de uma boa e completa higienização bucal, vale enfatizar: na hora da escovação, não esqueça de limpar a língua também! Isso evita a **saburra lingual**, uma das causas do mau hálito.





# A Geap Saúde adverte...



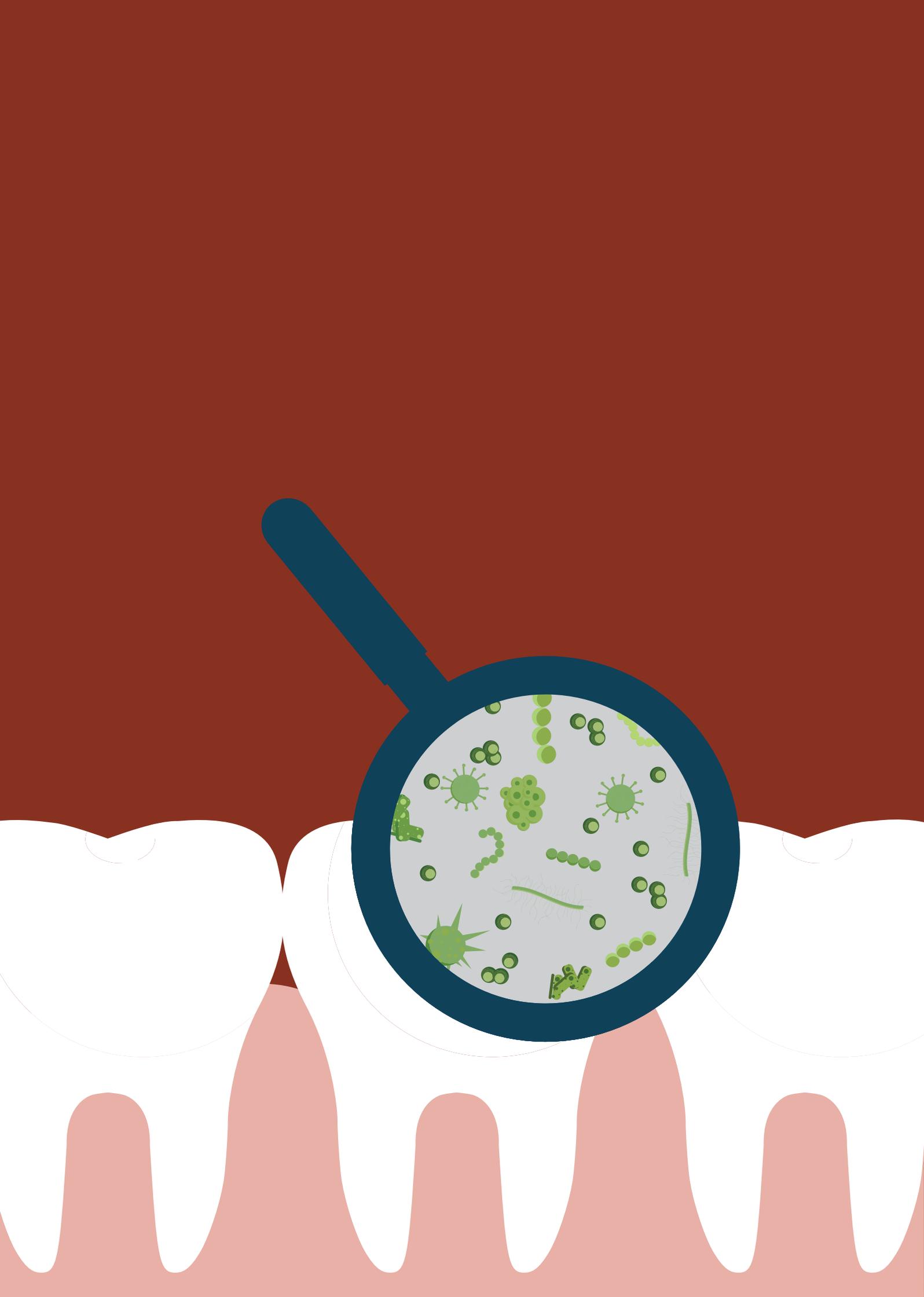
**Fumar amarela e apodrece os dentes, causa mau hálito, câncer de boca, língua e esôfago.**

O tabagismo é um hábito bastante prejudicial à saúde em geral e o consumo de cigarros ao longo da vida pode causar problemas bucais gravíssimos, como o câncer de boca, sendo que **em uma consulta rotineira ao dentista é possível identificá-lo**. Com o diagnóstico precoce o paciente é encaminhado para o tratamento especializado.

O uso do tabaco não é o único fator de risco para o câncer bucal, mas já que estamos falando dele, fica o alerta: a melhor forma de prevenir doenças sérias é parar de fumar. E lembra da periodontite? Ela também pode ser proveniente desse hábito.

Pensando na parte estética, **ninguém quer um sorriso amarelado** (por causa de componentes como a nicotina), não é mesmo?





# Infecção bucal é coisa séria!!!



As infecções bucais devem ser tratadas com seriedade, pois, do contrário, podem se espalhar para outras partes do corpo humano e, até mesmo, tornarem-se infecções generalizadas.

Notou que algo está errado com a sua boca? Percebeu algum dos sinais citados ao longo dessa série de E-books? Busque ajuda profissional imediatamente! Em tempos de pandemia (e fora dela também), **consulta odontológica é um serviço essencial.**



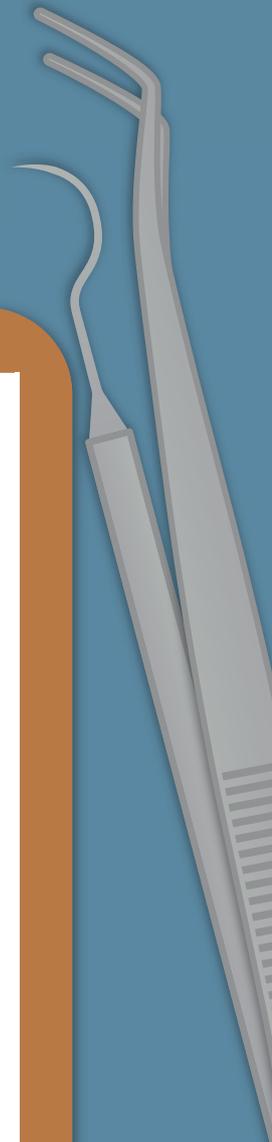
# E o que mais???

O(a) dentista pode identificar casos de **aftas, doença mão-pé-boca, herpes labial, problemas relacionados à saliva e à mastigação, e auxiliar nos tratamentos de apneia do sono, ronco e bruxismo.**

No consultório, como já deve estar claro para você que chegou até aqui, são avaliados todos os componentes da boca. Os dentes são “apenas” alguns deles e, evidentemente, os principais. Entretanto, para que eles cumpram o papel, todos os outros precisam funcionar da melhor maneira possível.

E aí, ficou convencido(a) de que “Saúde bucal não é só sobre os dentes”? Esperamos que sim! E, mais ainda, o objetivo da Geap foi conscientizar os leitores sobre a importância de cuidar bem da saúde da boca, de procurar o dentista de 3 em 3 meses e valorizar esses profissionais capazes de transformar a vida das pessoas.

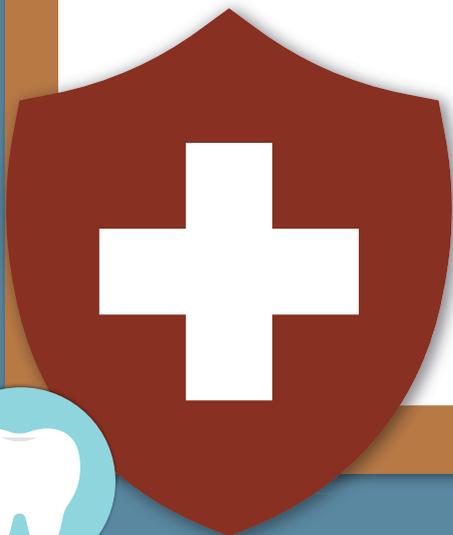




## Plano com assistência odontológica!

Já contratou o seu plano de saúde com **assistência odontológica?** A Geap tem opções variadas para você e sua família. Aproveite e **conheça os detalhes de cada plano** ou **clique aqui** para aderir a um deles.

Se você já é beneficiário(a) Geap, consulte a rede credenciada odontológica neste [link](#).





# **GEAP** saúde

Fundação de assistência ao servidor público

  
[www.geap.com.br](http://www.geap.com.br)

  
[@geapsaude](https://www.instagram.com/geapsaude)

  
[/geapsaude](https://www.facebook.com/geapsaude)

  
[/geap\\_saude](https://twitter.com/geap_saude)

  
[CanalGeap](https://www.youtube.com/CanalGeap)

  
App Geap Saúde

 OUVIDORIA  
0800 728 8303

 CENTRAL DE  
ATENDIMENTO  
0800 728 8300