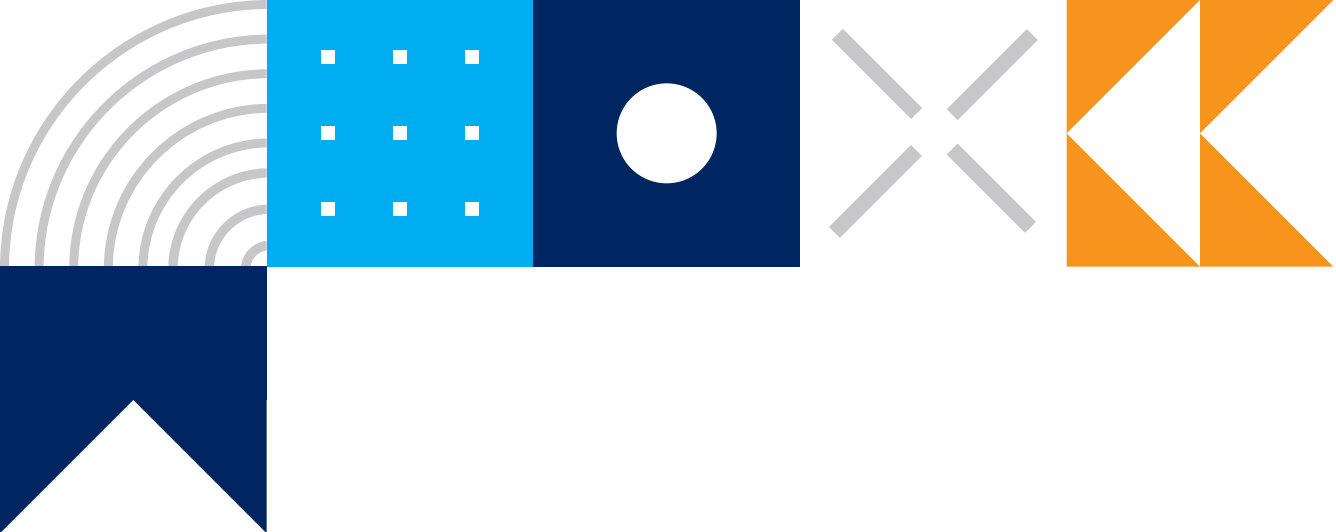
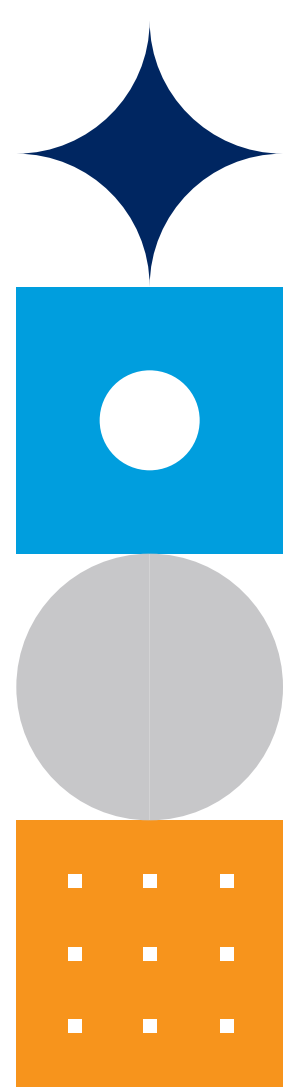
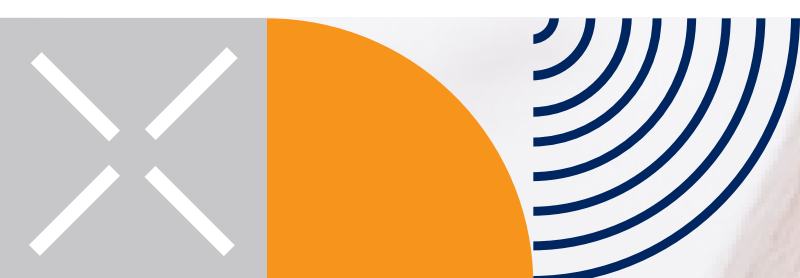
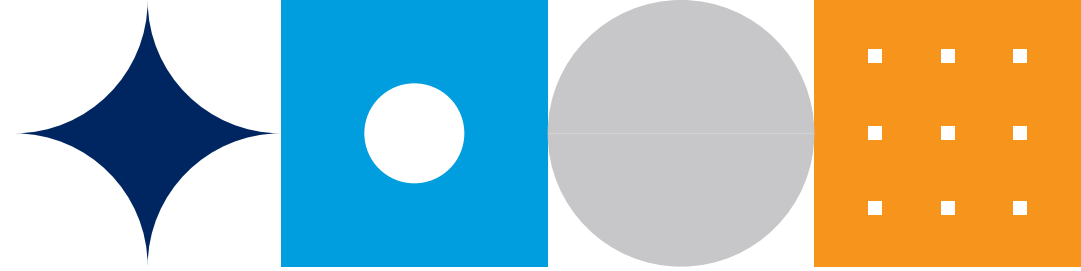




Saúde bucal na terceira idade

Com o passar do tempo, ganhamos mais experiência, mas também alguns desafios maiores. Em pessoas idosas, existe maior propensão a problemas bucais. Por isso, os cuidados com a boca devem ser prioridade nessa fase.





O que pode acontecer na boca durante o processo de envelhecimento?

Secura

A secura ocorre devido à pouca salivação. E pode ser causada por uso de medicamentos comuns na terceira idade, como antidepressivos, e por determinadas doenças crônicas, como diabetes.

Cáries e doenças periodontais em geral

Em pessoas com idade mais avançada, problemas como falta de memória e mobilidade são comuns, e isso impacta na higiene e saúde de forma geral, inclusive nos cuidados bucais.

Além da própria boca seca, são possíveis causas de cáries e doenças periodontais: escovação ineficiente e até mesmo o consumo frequente de alimentos e bebidas de muito açúcar (esse, muito comum, já que os próprios familiares do idoso, com a intenção de “adoçar a vida”, acabam presenteando o ente querido com guloseimas que ele sempre gostou).

Também comuns nessa fase, as próteses dentárias precisam de tanta atenção quanto a boca. Elas devem ser higienizadas diariamente e, quando isso não acontece de maneira adequada, podem se tornar fontes de infecção.

Desgaste dental

As causas mais comuns são:



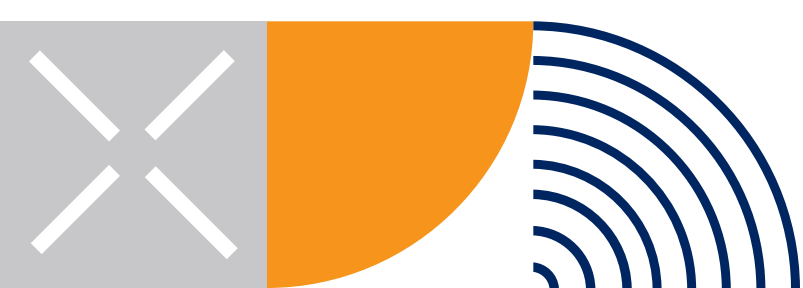
Erosão:

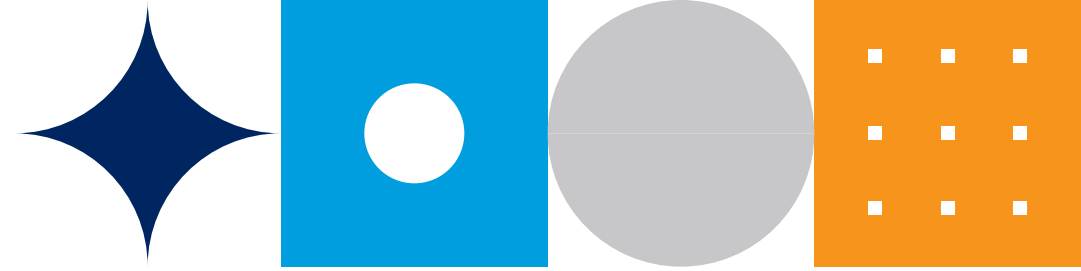
causada por substâncias ácidas advindas de problemas gástricos, como refluxo, e por ácidos presentes na dieta.



Abrasão:

causada por desgaste mecânico devido a fatores como escovação com muita força, roer as unhas, bruxismo etc.





O que fazer?

Alguns hábitos nunca devem sair de moda, como priorizar uma alimentação saudável, baixa em açúcar, evitar álcool e fumo, escovação eficiente, utilizando o fio dental, e visitas regulares ao dentista.

O que não fazer?

Ignorar todos esses cuidados. Afinal, a falta de saúde bucal pode aumentar o risco de doenças cardiovasculares, respiratórias, agravar o quadro de diabetes e comprometer uma autoestima, muitas vezes, já em baixa.

Então...

Aproveite que chegou até aqui e compartilhe esse conteúdo. Ele pode garantir o sorriso e a saúde de quem você ama.

