

Como a saúde dentária e a doença cardíaca estão conectadas?



É bastante comum ouvir que a saúde bucal é vital para a saúde geral. Mais de 80% da população norte-americana, por exemplo, vivem com problema periodontal ou gengival que muitas vezes não é diagnosticado. Isso se deve ao fato de o paciente não ir ao dentista porque os dentes aparentemente estão bem, e as consultas médicas raramente se concentram na saúde bucal.

Há evidências de dois fatores específicos entre saúde bucal e doença cardíaca. Primeiro, estudos recentes mostram que se você possui doença periodontal em estágio moderado, você corre mais riscos do que alguém que possua gengiva saudável. Segundo, a saúde bucal fornece sinais de advertência aos médicos para uma gama de problemas e doenças, incluindo doença cardíaca.

Por que esses dois fatores estão relacionados?

A saúde bucal e a doença cardíaca estão conectadas pela disseminação de bactérias - e outros germes - a partir de sua boca para outras partes do seu corpo através da corrente sanguínea. Quando essas bactérias alcançam o coração elas se aderem a qualquer área lesionada e causam inflamação. Isto pode resultar em doença como a endocardite; uma infecção do revestimento interno do coração. Outros problemas cardiovasculares como a aterosclerose (artérias entupidas) e AVC (Acidente Vascular Cerebral) também estão ligados a inflamações provocadas por bactérias bucais, de acordo com o American Heart Association, associação cardíaca dos Estados Unidos.

Quem corre risco?

Pacientes com problemas crônicos como gengivite ou doença periodontal avançada têm maior risco de desenvolver doença cardíaca causada por saúde bucal precária, principalmente se ela não for diagnosticada e não for tratada. As bactérias associadas com a periodontite estão na boca e podem entrar na corrente sanguínea onde se fixam aos vasos sanguíneos e aumentam o risco de doença cardiovascular. Mesmo que você não tenha inflamação aparente na gengiva, a higiene bucal inadequada e a placa acumulada podem resultar em doença periodontal. A bactéria também pode migrar para a corrente sanguínea aumentando o nível de proteína C

reativa, que é indicadora de inflamação dos vasos sanguíneos. Isto pode aumentar o risco de doença cardíaca e AVC.

Sintomas e sinais de advertência

De acordo com a American Association of Periodontology (AAP) (Associação Americana de Periodontologia), você pode ter doença periodontal, mesmo em seus estágios iniciais, se:

Sua gengiva está vermelhas, inchadas ou doloridas ao toque.

Sua gengiva sangra quando você come, escova ou usa o fio dental.

Você vir pus ou outros sinais de infecção em volta da gengiva e dos dentes.

Sua gengiva parecer estar se afastando dos dentes.

Você tiver mau hálito frequentemente ou notar um gosto ruim na boca.

Algum dente estiver mole ou se você notar que ele está se afastando dos outros dentes.

Medidas de prevenção

Uma boa higiene bucal e exames regulares são a melhor maneira de proteção contra o desenvolvimento da doença periodontal. Recomenda-se escovar os dentes três vezes por dia com escova de cerdas macias e cabeça pequena (compacta) para que alcance todas as superfícies dentárias adequadamente. Experimente utilizar o creme dental Colgate Total12®. Você também deve usar o fio dental diariamente e ir ao dentista para fazer limpezas regulares.

Ao ter uma postura proativa em relação a sua saúde bucal, você pode se proteger da doença cardíaca relacionada à saúde bucal e manter seu sorriso saudável, limpo e bonito por toda a sua vida.

Fonte: [Colgate](#).