

Aqui estão seus resultados do Teste de Saúde Gengival

ESTA FERRAMENTA E SUAS RECOMENDAÇÕES FORAM DESENVOLVIDAS PARA ADQUIRIR BONS HÁBITOS DE CUIDADOS BUCAIS. NÃO SUBSTITUEM O DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO REALIZADOS POR UM DENTISTA, COM QUEM PODE COMPARTILHAR SEU RESULTADO.



As respostas concedidas indicam que você está em uma zona de **CONDIÇÃO VERDE**, por isso é possível que sua gengiva esteja em boas condições e neste momento não apresente doença. No entanto, é necessário estar muito atento aos sinais clínicos da doença como sangramento. Esta é a doença mais prevalente na boca.

Mais de 95% das pessoas têm gengivite e cerca de 30% dos adultos podem ter algum tipo de periodontite embora possa acometer crianças, adolescentes e adultos jovens).

Se em algum momento você apresentar sangramento gengival, este é um alerta para a presença de uma inflamação causada pela presença de bactérias.

Nossa recomendação é que, quando você for ao dentista, peça para que seja feito um exame com um instrumento que é chamado de sonda periodontal para ter certeza de que sua gengiva está saudável.

Se o seu estado de saúde periodontal (ou saúde da gengiva) for bom, há uma gama de produtos Colgate para prevenção da doença periodontal.

Ao manter uma gengiva saudável, você se beneficia de uma melhor saúde bucal, mas também está ajudando a reduzir o risco de doenças sistêmicas, como cardiovasculares, diabetes e outras que são influenciadas por inflamação. É importante manter bons hábitos de saúde oral e um estilo de vida saudável: exercício, uma dieta adequada, visitas frequentes ao médico e dentista. Implementando boas medidas de higiene oral, com acompanhamento pelo menos duas vezes por ano pelo dentista, os dentes podem ser preservados por um longo tempo, beneficiando bem-estar, saúde oral e geral.

Recomendações gerais para manter a saúde da gengiva e da saúde em geral

- Escove entre 2 ou 3 vezes ao dia e aumente o tempo de escovação (mínimo de dois minutos).
- Use uma escova de dentes macia.
- Troque a escova a cada 3 meses.
- Use um creme dental com flúor ou, idealmente, um creme ou gel dental que também contenha ingredientes anti-sépticos, como zinco. **Colgate Total 12** contém flúor e uma tecnologia Zinco em dobro + Arginina.
- Use corretamente o fio dental ou escovas interdentais pelo menos uma vez ao dia. Peça ajuda ao seu dentista para aprender a usar corretamente esse elemento muito importante da higiene bucal.
- Faça uso do enxaguante bucal. O bochecho vai onde sua escova não pode ajudar a protegê-lo entre as escovações.