

The background features a stylized illustration. On the left, a yellow toothbrush with white bristles is shown. On the right, a smiling face is depicted with a wide, open mouth showing pink lips and white teeth. The entire illustration is rendered in a light, sketchy style with soft colors.

Orientações Odontológicas durante a Covid-19

**UBAS/RP - Unidade Básica de Assistência à Saúde
Departamento de Assistência à Saúde/CODAGE/USP**

Em tempos de pandemia pelo vírus SARS-2 (covid-19), creio que todos recebemos as informações sobre proteção individual (e, por conseguinte, nos protegendo, protegemos o coletivo) e coletiva, respeitando a orientação de permanecermos em casa (home office), produtivos e em estrita relação com os bons hábitos de higiene pessoal, o uso do álcool em gel a 70% e também não levar as mãos sujas às mucosas do rosto (oculares, nasais e bucais). Mas qual orientação recebemos de como mantermos nossa **higiene bucal adequada?**

Considerando que uma porta de entrada de infecções é o trato respiratório superior (orofaringe, garganta, dentes, gengivas, periodonto, língua), devemos dedicar especial atenção a higiene adequada da cavidade da boca.

Bem, ocorre que no pior dos cenários, caso nós venhamos a adquirir a infecção e ela venha a atingir nossos pulmões, a ventilação mecânica, o tempo de internação (CTIs, UTIs), as seguidas inflamações e infecções pulmonares (sim, o vírus inicia o processo, mas abre caminho para infecções bacterianas oportunistas – muitas bactérias as quais coabitam a cavidade bucal – em especial o biofilme do dorso da língua (saburra lingual) e o biofilme periodontopatogênico.

Sendo assim, gostaríamos de compartilhar algumas orientações sobre higiene bucal, de acordo com os seguintes passos:

1. Higienização do dorso da língua (com higienizador específico ou mesmo escova de **cerdas macias**) – iniciando a ação de limpeza a partir do “V” lingual (parte mais posterior da língua) para o ápice (ponta) da língua, em 3 ações de “varredura” 1/3 esquerdo; 1/3 central e 1/3 lado direito da língua



2. Uso correto e rotineiro do fio dental (antes da escovação com dentífrico);

3. Escovação Dental com escova de cerdas macias e brancas - jamais cair nos modismos de cerdas pretas, vermelhas, alaranjadas ou qualquer outra cor que não seja o **branco (para visualizar se ocorre sangramento – sinal clínico de doença periodontal)** com **dentífrico** contendo Flúor ou agentes terapêuticos (menos o triclosan);

4. Uso de enxaguantes bucais (antissépticos bucais) se necessário (inclusive com gargarejo se a garganta estiver doendo (sinal de inflamação/infecção) com agendes como o cloreto de cetilpiridínio (CPC – quaternário de amônio) a 0,05%, a bis-biguanida digluconato de clorexidina a 0,12% ou mesmo o peróxido de hidrogênio 10 vols. – água oxigenada – evidências apontam para uma boa capacidade de inativação do covid-19 para a água oxigenada). Importante: os enxaguantes bucais **NÃO SUBSTITUEM A REMOÇÃO MECÂNICA DOS BIOFILMES (ECOSSISTEMAS) BUCAIS.**

Por fim e não menos importante, cuidar de nossas escovas dentais e dos nossos higienizadores de língua, mantendo-os imersos em solução desinfetante para evitar a reinfecção após cada uso.

A solução!

Vinicius Pedrazzi, 2019

Imagens: PEDRAZZI, 2010 – ACERVO PESSOAL



$\frac{1}{2}$ Cloreto de Cetilpiridínio (0,05%)

$\frac{1}{2}$ Água Limpa (filtrada) – hidrólise da parede da bactéria



SATO, PEDRAZZI et al., 2004 e 2005

Estágio em Clínica Integrada Profissionalizante

Para a desinfecção pode-se substituir o CCP (0,05%) por clorexidina (0,12%), mas nesse caso, não diluir!

IMPORTANTÍSSIMO: ESSE PROCEDIMENTO NÃO É PARA O USO COLETIVO DE ESCOVAS DENTAIS E HIGIENIZADORES DE LÍNGUA – SÃO EQUIPAMENTOS, INSTRUMENTOS DE USO INDIVIDUAL

PEDRAZZI, V. A Odontologia e seu papel fundamental na prevenção da disseminação e agravos da epidemia do coronavírus. Disponível em: <https://www.forp.usp.br/?p=6296>. Acesso em: 28 abr 2020.

The background features a light blue and yellow illustration. On the left, a hand holds a yellow toothbrush with white bristles. On the right, a stylized face is shown with a hand on its forehead, suggesting a headache or discomfort. The overall theme is related to dental hygiene and health.

“Enquanto a cura ou uma vacina são apenas projetos ainda intangíveis, a PREVENÇÃO é a arma mais eficaz para evitar o pior cenário!”

Referências Bibliográficas

1. PEDRAZZI, V. **A Odontologia e seu papel fundamental na prevenção da disseminação e agravos da epidemia do coronavírus.** Disponível em: <https://www.forp.usp.br/?p=6296>. Acesso em: 28 abr 2020.
2. Conselho Federal de Odontologia (Brasil). Painel COVID-19: orientações gerais. Brasília, DF, c2020 [citado em 15 Abr 2020]. Disponível em: <http://coronavirus.cfo.org.br/orientacoes.php>. Acesso em: 28 abr 2020.