



Reprodução Unsplash

Especialista explica a importância do cuidado e dicas de higienização

DA REDAÇÃO

A atenção com a imunidade está em alta, devido aos vírus, bactérias e outros microrganismos circulam pelo ar e podem nos infectar caso o sistema imunológico não esteja forte. Com isso, buscar ações para fortalecer o organismo se tornou uma prática imprescindível e constante. Porém, há cuidados e alguns pontos de atenção que muitas pessoas deixam de

lado, relacionados à imunidade, como a saúde bucal que está diretamente relacionada a esse tema.

A cirurgiã-dentista, professora e coordenadora do curso de Odontologia da Faculdade Anhanguera, Dra Cristiana Maria Bertozzo, explica que "O sistema imunológico possui a função de proteger nosso organismo contra agentes

Imunidade e a saúde bucal: você sabe qual a relação?

infecciosos, como as bactérias, vírus e fungos. A má alimentação, estilo de vida, fatores genéticos, uso de substâncias entorpecentes entre outros, podem desregular o desempenho. Quando o sistema imune fica enfraquecido, ocorre um favorecimento na proliferação dos agentes patógenos, podendo surgir gripes e resfriados e, no caso do meio bucal, podem surgir

aftas, herpes e amigdalites".

Uma higienização correta, hábitos saudáveis de alimentação e autocuidado, além das visitas periódicas ao dentista são práticas essenciais para manter a saúde bucal em dia. No entanto, por se tratar, principalmente de um cenário de pandemia, os cuidados com a saúde dos dentes, gengivas e línguas devem ser redobrados.

"A saliva também possui uma função de proteção, chamada de tampão. Responsável por manter o pH básico da cavidade bucal quando ingerimos alimentos ou bebidas mais ácidas. Essa capacidade tampão atua nos processos de desmineralização e de remineralização dos dentes, ajudando a impedir que sofram lesões como a cárie" destaca a especialista.

Sobre possíveis complicações, a Cirurgiã-Dentista compartilha que "As inflamações bucais não tratadas podem acabar por sobrecarregar o sistema imune, causando um desequilíbrio em seu funcionamento, acarretando o desenvolvimento de outras doenças como as cardiovasculares e a diabetes tipo 2. Existe uma interligação entre imunidade e saúde bucal, pois a baixa imunidade leva ao surgimento de patologias bucais e doenças bucais podem levar à desarmo-

Loterias

Acumulou - Concurso 2465

03 08 23 29 53 54

Acumulou - Concurso 5811

29 55 56 63 75

Acumulou - Concurso 2350

04 10 13 36 39 45

07 08 18 37 39 44

Acumulou - Concurso 1764

12 17 27 35 58 62 65

Acumulou - Concurso 2290

05 09 10 15 21 36 38

39 40 45 52 53 54 55

56 57 63 87 92 94

FELIZ ANIVERSÁRIO

DIA 26

IDERCIO FRANCISCO DE SOUZA
JURANDIR DA SILVA
MARIA AP. FELICIANO OLIVEIRA
NELSON RIBEIRO DA SILVA
PAULO HENRIQUE COSTA BAPTISTA
RAFAEL FACCIN BIFI

DIA 27

FABIO DE C. BORTOLOTO
JOAO ADEMIR BONI
LAIS MAIRA LIMA PANICIO
LARA DA SILVA BIGONI
SILENE PEROZO BORTOLOTO
VALDIR SCARDOVELLI
VALDIR SCARDOVELLI
VALTER GIBOTTI

DIA 28

ALDA AP. ZANATA FAVERO
ANA BEATRIZ DOS SANTOS FARIAS
DANIELE MOTOKIO LEITE
HAYDEE MUSTAFA
JOSE PAULO FACCION
MARIA APARECIDA JACOMINE DOS SANTOS
ROBERTO KABOHICO TAKAHASHI
VALDECIR GUERINO

DATAS COMEMORATIVAS

Dia do Cacau
Aniversário de Porto Alegre
Hora do Planeta
Dia Mundial de Conscientização da Epilepsia
Dia do Mercosul

Dia do Circo
Dia Mundial do Teatro

Dia do Diagramador
Dia do Revisor