

# DESTA CASA SAÚDE BUCAL



a) *Devo procurar o dentista mesmo que eu não tenha dentes?*

*Sim, pois a boca não compreende somente dentes, mas também bochechas, gengiva, língua, lábios e céu da boca.*

b) *Por que procurar o dentista se eu uso dentadura/ponte/prótese/chapa?*

*Porque ela não dura para sempre e deve ser avaliada para troca, quando necessário. Além disso, o dentista avaliará suas condições de saúde bucal.*

c) *A dentadura provoca "calos" ou "afrouxa" na boca?*

*Não. Se a dentadura provocar "calos" ou "afrouxar" na boca é sinal de que não está bem adaptada ou que está machucando a sua boca.*

d) *Após comer devo lavar a dentadura?*

*Sim, você deve escovar a dentadura, a gengiva e a língua.*

e) *Algum remédio pode causar alterações na minha boca?*

*Sim, alguns medicamentos ressecam a boca, outros mudam a cor da língua, etc.*

f) *O cigarro faz mal mesmo que eu não tenha dentes?*

*Sim, o fumo (cigarro, tabaco, cachimbo, charuto...), o álcool, o sol, alimentos quentes ou pobres em vitaminas são fatores de risco para o aparecimento do câncer bucal.*

**IMPORTANTE: QUANTO MAIS CEDO FOR IDENTIFICADA  
UMA ANORMALIDADE EM SUA BOCA,  
MAIORES SERÃO AS CHANCES DE CURA COMPLETA!**

# ABRA AS PORTAS PARA A



# FAÇA REGULARMENTE UM AUTO-EXAME



1

*Em frente a um espelho, verifique se em seu rosto, pescoço e lábios existem manchas ou feridas que não cicatrizaram há mais de 15 dias. Verifique também, nos dois lados do pescoço, se há caroço duro, fixo e indolor.*



2

*Com a boca aberta, tire dentaduras ou pontes móveis, puxe os lábios e verifique-os. Eles devem estar com aparência lisa e vermelha, sem manchas, feridas ou irritações.*



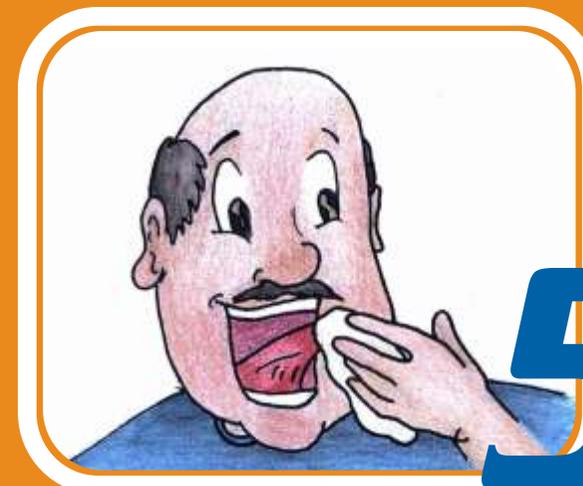
3

*Ainda com a boca aberta, observe o lado de dentro das bochechas e gengivas dos dois lados, que também devem estar livres de manchas, feridas ou irritações. Observe também os seus dentes.*



4

*Incline um pouco a cabeça para trás, sempre olhando para o espelho. Abra um pouco mais a boca, coloque a língua para fora, observe o céu da boca e, mais atrás, a entrada da garganta.*



5

*Ponha a língua para fora, observe em cima e em baixo. Com uma gaze ou pano puxe a língua para os lados à procura de manchas brancas, feridas ou se há a dificuldade de movimentações. Observe ainda, securas exageradas na boca ou a presença de sangue na saliva.*