

## Momento para Reflexão

### A História do Lápis

O menino olhava a avó escrevendo uma carta. A certa altura, perguntou: Você está escrevendo uma história que aconteceu conosco? E por acaso, é uma história sobre mim?

A avó parou a carta, sorriu, e comentou com o neto? Estou escrevendo sobre você, é verdade. Entretanto, mais importante do que as palavras, é o lápis que estou usando. Gostaria que você fosse como ele, quando crescesse.

O menino olhou para o lápis, intrigado, não viu nada de especial, e disse: mas ele é igual a todos os lápis que vi em minha vida!

Tudo depende do modo como você olha as coisas, disse a avó. Há cinco qualidades nele que, se você conseguir mantê-las, será sempre uma pessoa em paz com o mundo:

"Primeira qualidade: você pode fazer grandes coisas, mas não deve esquecer nunca que existe uma Mão que guia seus passos. Esta mão nós chamamos de Deus, e Ele deve sempre conduzi-lo em direção à Sua vontade".

"Segunda qualidade: de vez em quando eu preciso parar o que estou escrevendo e usar o apontador. Isso faz com que o lápis sofra um pouco, mas no final, ele estará mais afiado. Portanto, saiba suportar algumas dores, porque elas o farão ser uma pessoa melhor."

"Terceira qualidade: o lápis sempre permite que usemos uma borracha para apagar aquilo que estava errado. Entenda que corrigir uma coisa que fizemos não é necessariamente algo mau, mas algo importante para nos manter no caminho da justiça".

"Quarta qualidade: o que realmente importa no lápis não é a madeira ou sua forma exterior, mas o grafite que está dentro. Portanto, sempre cuide daquilo que acontece dentro de você."

"Finalmente, a quinta qualidade do lápis: ele sempre deixa uma marca. Da mesma maneira, saiba que tudo que você fizer na vida, irá deixar traços, e procure ser consciente de cada ação".



**Ipanema**  
Rua Visconde de Pirajá 414 / 919 e 920  
Tel: 2523-3745 / 2523-1790 / 2267-8935

**Centro**  
Rua do Ouvidor 60 / 1112 e 1113  
Tel: 2221-6873 / 2221-7203 / 3852-8534

**Angra dos Reis**  
Rua Bahia 06 - Mambucaba  
Tel: (024) 3362-3431 / 3362-3554

Emergência - Tel: 9137-2503 <http://home.openlink.com.br/svartz> [Svartz@openlink.com.br](mailto:Svartz@openlink.com.br)



Centro  
Odontológico  
Mauro Svartz



**Informativo**

Ano VII n 17 abr/jun 2004

Impresso  
Especial  
050201119-0/2002  
ECT/DR/RJ  
C. ODONT. MAURO SVARTZ  
---CORREIOS---

## Fique por Dentro

**S**ó as dores de dentes é que o levam a visitar o dentista? Conheça aqui a importância da prevenção e aposte nas consultas de revisão !!!

Ainda hoje, muitas pessoas continuam a ter medo de ir ao dentista, outras não têm condições financeiras e um grande número simplesmente não entende a necessidade da revisão odontológica para a limpeza dos dentes. Em sua maioria, apenas procuram a ajuda do cirurgião dentista na presença de dor ou por questões estéticas.

As consultas de revisão são um hábito que deveria começar a partir dos dois ou três anos de idade e continuar regularmente ao longo da vida. A frequência dessas consultas deve ser determinada pelo clínico ou pelo periodontista, em função das necessidades de cada pessoa em particular.

Indivíduos com alto risco de cárie ou doença periodontal devem ser seguidos com

mais insistência, bem como as pessoas com muitas restaurações, implantes ou próteses removíveis e fixas.

Os grupos de risco e o intervalo entre consultas dependem de vários fatores:

**Consultas de três em três meses** - Todos aqueles com alta atividade cariogênica (mais de seis cáries novas ou recorrentes por ano). Adultos com maus níveis de higiene oral.

**Consultas de seis em seis meses** - Todos aqueles com atividade cariogênica média (uma a duas cáries novas ou recorrentes por ano) e com boa higiene oral. Adultos com problemas dentários devido ao uso de próteses dentárias e/ou adultos fumantes com mais de 35 anos.

A limpeza profunda dos dentes não dói, não assusta e não é dispendiosa. A realização periódica da revisão odontológica é fundamental para o nosso bem-estar, além de ser uma maneira econômica e bastante eficaz para promover a saúde bucal.



# Fique por Dentro

## Doença periodontal

### O que é periodonto?

É o conjunto de tecidos que está ao redor do dente e que é responsável pela sua fixação: gengiva, osso alveolar e fibras que ligam raiz ao osso.

### O que é Doença Periodontal (DP)? É a mesma coisa que gengivite?

É o comprometimento dos tecidos periodontais pelo processo inflamatório, que leva à reabsorção do osso que está ao redor das raízes dos dentes, enquanto que, na gengivite, não há alteração óssea, pois a inflamação só atinge a gengiva.

### Como posso saber se já tenho a Doença Periodontal?

O sinal mais característico é o sangramento, mas devemos estar atentos também para: alterações na posição dos dentes, mobilidade, retrações gengivais, retenções de alimento, inchaço, etc.

### Ao perceber sangramento durante o uso do fio dental, devo suspender esse procedimento de limpeza?

Não, desde que esteja passando o fio corretamente. O sangramento denota a presença de bactérias nessa região e, dessa forma, é conveniente continuar com o uso do fio na tentativa de removê-las.

### Existem medicamentos indicados para o tratamento?

Não é possível o tratamento desta doença somente com medicamentos, sejam estes locais ou sistêmicos. A placa bacteriana aderida ao dente tem que ser removida mecanicamente.

### Qual a causa da Doença Periodontal?

A placa bacteriana aderida ao dente é a única causa, porém algumas alterações na gengiva podem estar associadas a causas hormonais, uso de alguns medicamentos, queda de resistência, etc.

### Como o tratamento é realizado pelo cirurgião-dentista?

É feito com a remoção da placa bacteriana aderida através de raspagem e alisamento das raízes dos dentes (procedimento também denominado de revisão odontológica). Quando os instrumentos de raspagem não atingem toda área da raiz comprometida, as cirurgias são indicadas; para facilitar o acesso.

### Uma vez tratada a doença, os tecidos recuperam-se integralmente?

Não, sempre ficam seqüelas, com exceção das gengivites. A doença periodontal deixa como seqüelas alterações estéticas como: deslocamento na posição do dente, retração gengival com conseqüente aumento no comprimento do dente etc. Existem procedimentos cirúrgicos e protéticos que podem minimizar esses defeitos.

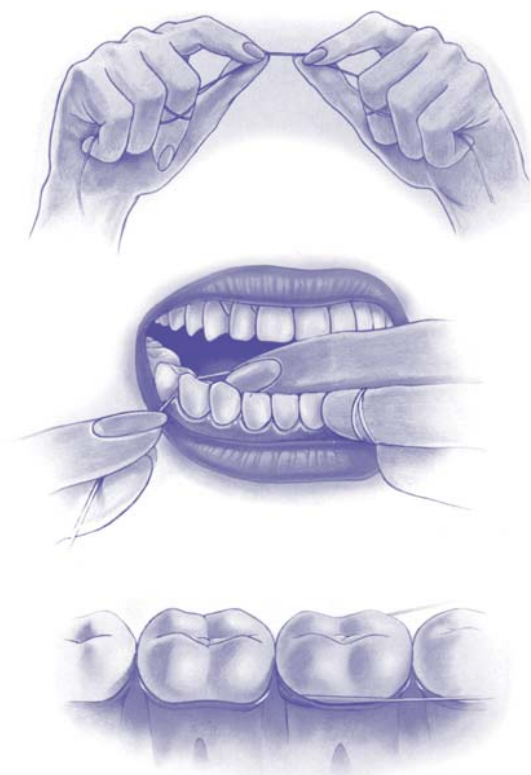
### De quando em quando se fazem os retornos para a manutenção após o tratamento?

As visitas para a revisão odontológica devem assegurar a estabilidade da condição de saúde alcançada com o tratamento, evitando assim a progressão da doença periodontal. Nos casos mais avançados, recomenda-se uma periodicidade de 3/3 meses, e de 4/6 meses para a maioria das pessoas.

### E possível prevenir esta doença?

A sua prevenção pode ser feita unicamente removendo a placa bacteriana através de limpeza bucal doméstica com fio dental e escova, mais limpezas periódicas feitas pelo dentista.

Fonte: REVISTA DA APCD V. 48, Nº 6.



## Como usar o fio dental

**Passo 1:** Enrole aproximadamente 45 centímetros de fio em volta dos seus dedos médios, deixando um pedaço livre entre os dedos.

**Passo 2:** Suavemente, segure o fio dental com a ponta dos dedos e introduza delicadamente entre os dentes até que ele se encoste na gengiva.

**Passo 3:** Deslize o fio dental no espaço entre os dentes em direção à gengiva, como se estivesse abraçando o dente. Depois remova o fio dental repetindo o que você fez em todos os outros dentes.