

## Visite seu dentista regularmente

Relação da saúde boca-corpo realça a importância de visitas regulares ao dentista.

Aproximadamente um quarto dos americanos tem tanto medo de dentista que evita o tratamento.

Infelizmente, você pode estar colocando sua saúde em risco se não visitar o dentista. Pesquisas mostram que a saúde bucal pode ter impacto sobre sua saúde geral. Exames periódicos para monitorar infecções bacterianas como doença periodontal podem até mesmo melhorar sua saúde.

Se você tem medo do consultório odontológico, o melhor modo para controlar a ansiedade é conversar com seu dentista. Deixá-lo informado das suas preocupações irá ajudá-lo a adaptar o tratamento às suas necessidades. Seu dentista também pode dar bons conselhos para superar sua ansiedade.

Você também pode agendar consultas quando estiver menos propenso a estar estressado ou sob pressão. Talvez aos sábados ou pela manhã. Se o barulho do consultório é a causa da sua ansiedade, experimente levar seu som portátil e ouvir música durante o tratamento.

Lembre-se também de que com tantos avanços na odontologia, diagnóstico e tratamento tornam-se mais confortáveis a cada instante.

Uma função importante do dentista é o diagnóstico da doença periodontal. A doença periodontal, também conhecida como doença de gengiva, aparece quando bactérias se desenvolvem na gengiva e raízes dos dentes. Uma infecção bacteriana, a doença periodontal danifica tecidos e provoca a formação de espaços em torno das raízes dos dentes que podem eventualmente levar a perda dos mesmos.

É uma grande preocupação na área da saúde como uma infecção bacteriana na boca pode causar com frequência outras complicações de saúde. Recente pesquisa indica uma relação entre doença periodontal e doenças cardíacas, derrame cerebral, nascimentos de prematuros, diabetes e outras doenças.

Somente um dentista pode remover a placa que se forma sob a gengiva e que pode levar à doença periodontal.

Com o aumento das evidências que indicam uma relação entre saúde bucal e saúde geral, é mais importante do que nunca que você visite seu dentista regularmente. Sua saúde depende disto.

Fonte [www.colgate.com.br](http://www.colgate.com.br)