



Escova dental-orientações e cuidados

Por Ana Paula M. Anequini

As escovas dentais duram em média de 3 a 4 meses. Porém, depois de 4 dias de uso, elas já estão contaminadas pelos streptococos mutans, que são as bactérias responsáveis pela cárie dental e doença gengival.

Além das bactérias, as escovas também podem estar contaminadas por fungos, leveduras e enterobactérias como os conhecidos coliformes fecais. Eles chegam até as escovas pela evolução da água do vaso sanitário no momento da descarga.

Contaminadas, as escovas podem agravar doenças como sífilis, tuberculose, herpes, hepatite, sinusites e bronquites.

A maneira de guardas as escovas dentais interfere na presença dos microorganismos. As escovas guardadas sobre a pia dos banheiros apresentam mais bactérias do que aquelas guardadas com a devida proteção ou estojos ventilados. O melhor local para guardas a escova é dentro do armário em ambiente arejado, pois a umidade e local escuro favorece a proliferação dos mesmos.

Mesmo assim, elas não ficam totalmente livres. Em casa, você mesmo pode fazer a desinfecção de sua escova dental, basta aquecer bem 01 copo de água filtrada e gotejar 10 gotas de água sanitária-mergulhar a escova e deixar por pelo menos 15 minutos. Lavar bem e guardar. Faça isso pelo menos a cada 15 dias.

Recomendamos ainda que após toda infecção bucal, tipo amigdalites, sinusites, estomatites, o ideal é trocar a escova de dente por uma nova, principalmente nas crianças.

Quando as cerdas da escova se mostrarem abertas, mesmo ela sendo nova, deve-se fazer a substituição da mesma.

Vale sempre a pena lembrar que as escovas dentais devem ser de cerdas macia ou extra macia e de cabeça pequena.