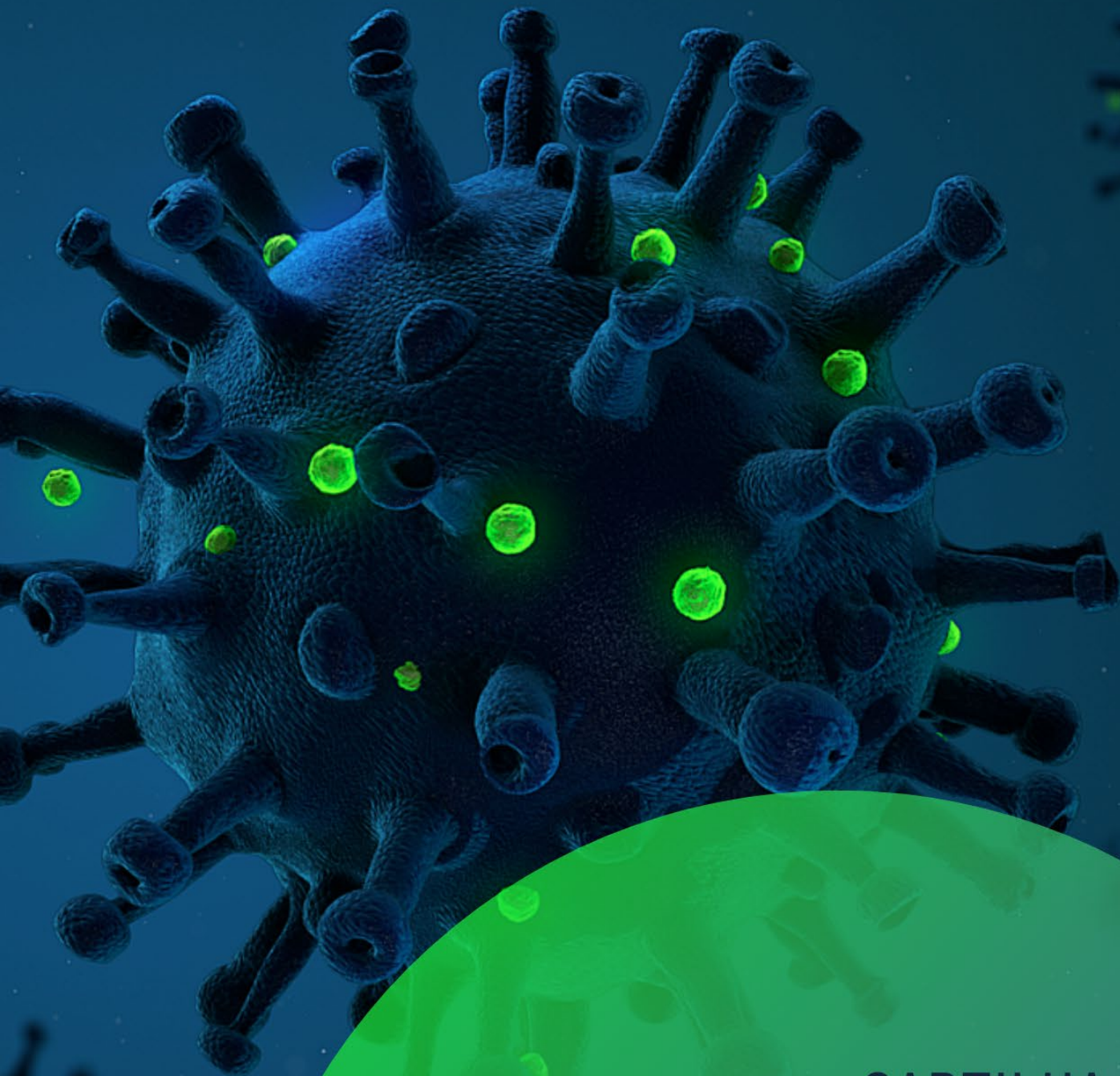




CARTILHA

**ORIENTAÇÃO ODONTOLÓGICA
EM TEMPOS DE**

COVID-19



Introdução

A COVID-19 é uma doença infecciosa causada por um coronavírus recém-descoberto, em dezembro de 2019, após casos de pneumonia de origem desconhecida surgirem em Wuhan, na China. Desde então, com a alta capacidade de contágio, tornou-se uma preocupação no mundo todo.

A maioria das pessoas infectadas com o vírus da COVID-19 pode desenvolver sintomas leves, às vezes moderados ou mesmo nenhum sintoma. Idosos, pessoas com doenças cardiovasculares, respiratórias, renais ou outras já existentes, assim como indivíduos com baixa imunidade, são os mais propícios a desenvolverem a forma grave da doença.

No momento, não existem vacinas ou tratamentos específicos para a COVID-19, por outro lado, muitas pesquisas estão em andamento para buscar possíveis formas efetivas de tratamento. Sendo assim, a melhor maneira de se prevenir e desacelerar a transmissão da doença é estar bem informado e seguir as orientações das autoridades.

Nessa cartilha, serão abordadas orientações odontológicas, que poderão sofrer atualizações mediante a novas informações disponíveis, já que se trata de um microrganismo que ainda está sendo estudado.



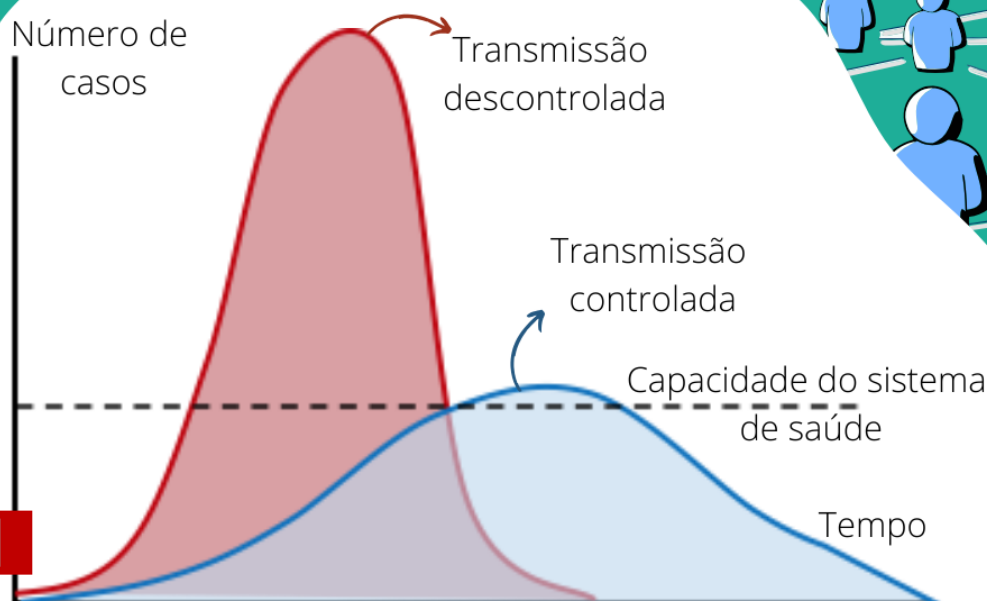
Introdução

As medidas de proteção contra a COVID-19 se concentram no distanciamento social, quarentena e isolamento. Para entendermos melhor o significado de cada termo:

- **Distanciamento Social:** Recomendado para pessoas assintomáticas e que não tiveram contato com pessoas com suspeita ou diagnóstico positivo para Covid-19. Distância de segurança recomendada: 1,5 metros.
- **Quarentena:** Recomendado para quem tiver contato próximo com pessoas em suspeita ou positivos para Covid-19. Durante o período de quarentena, (preconiza-se 14 dias) recomenda-se observar se há qualquer manifestação de sintomas da doença.
- **Isolamento:** Recomendado para pessoas sintomáticas em suspeita ou com resultados positivos de testes para Covid-19. O tempo de isolamento recomendado é de 14 dias incluindo o desaparecimento de todos os sintomas.

Os objetivos de tais medidas de proteção são "achatar a curva" que significa desacelerar a disseminação do vírus para que o número de casos não se espalhe rápido e o sistema de saúde poder atender a todos.

Como achatar a curva?



COVID-19 na Odontologia

Com o objetivo de diminuir o número de infectados pela COVID-19 e entendendo que os profissionais de saúde bucal realizam procedimentos que aumentam a probabilidade de contaminação pelo contato próximo ao paciente, a recomendação das autoridades de saúde foi de que suspendessem o tratamento odontológico eletivo não emergencial, fornecendo apenas serviços odontológicos de urgência.

Os cuidados com a higienização bucal são essenciais para manter a saúde: primeiro por se tratar de uma condição fundamental de manutenção da saúde geral e segundo por ser uma forma de prevenção tendo em vista que a boca é uma importante via de contágio. A higienização bucal inclui o uso do fio dental, a escovação dos dentes e a limpeza da língua, afinal na boca podemos encontrar mais de 1000 espécies diferentes de microrganismos (bactérias, vírus e fungos) inclusive o coronavírus.

Sintomas

Os sintomas mais comuns são:

- Febre;
- Tosse;
- Dificuldade para respirar;
- Coriza;
- Dores no corpo;
- Alteração do paladar;
- Entre outros sintomas gripais.

***Se tiver dúvidas sobre seus
sintomas, contate 136***

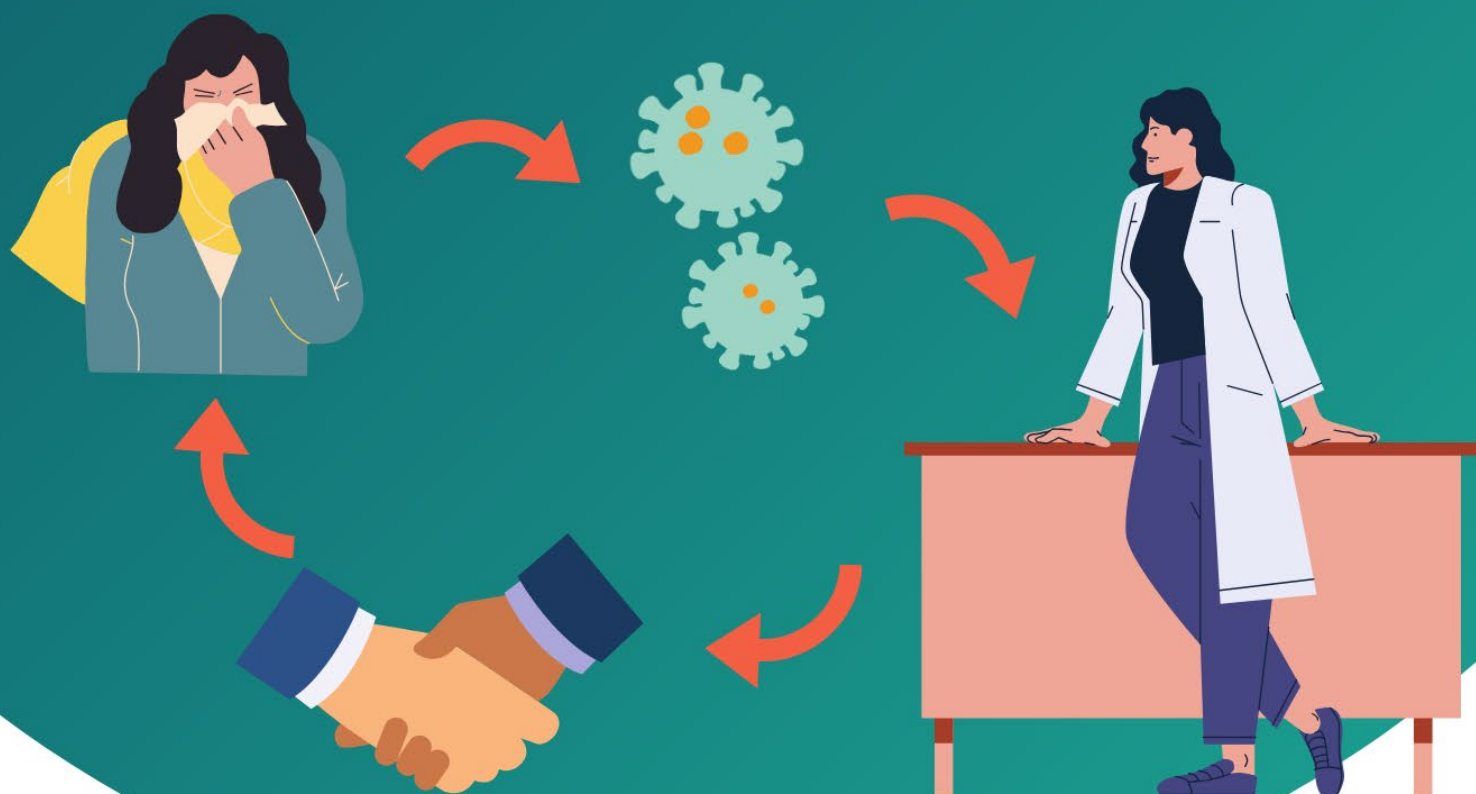


Transmissão

Conforme as informações atualmente disponíveis, sugere-se que a via de transmissão pessoa a pessoa do novo coronavírus (SARS-CoV-2) ocorra assim como em outras infecções respiratórias, sendo transmitida por:

- Gotículas respiratórias (expelidas durante a fala, tosse e/ou espirro);
- Contato direto com pessoas infectadas ou indireto por meio das mãos, objetos ou superfícies contaminadas, de forma semelhante com que outras doenças respiratórias se espalham.

Nesse sentido, a boca assume papel de destaque por ser a principal fonte de gotículas de saliva, maior região que recebe o vírus por meio do contato, além de reservatório para esses microrganismos.



Obs.: Acredita-se que os sintomas do novo coronavírus (SARS-CoV-2) podem aparecer entre 2 e 14 dias após a exposição.

**RECOMENDAÇÕES PARA
PREVENÇÃO DA COVID-19
A PARTIR DA PROTEÇÃO DA
SAÚDE BUCAL**



Higienização Bucal em Dia

1

Antes de realizar a higiene bucal, é importante lavar as mãos com água e sabão por 20-30 segundos.



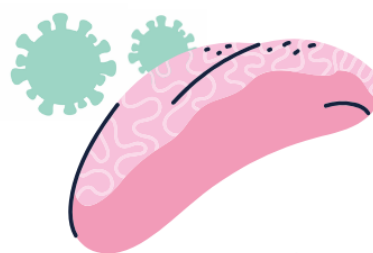
2

Escovação e fio dental: o próprio hábito de escovação e depois o uso do fio dental são capazes de remover mecanicamente as bactérias orais e o coronavírus presentes na saliva, promovendo menores chances destes chegarem ao pulmão, principais alvos da doença. Vale ressaltar que, se alguém na casa estiver com sintomas ou suspeita da infecção, o uso de pasta de dentes, sabonete e toalha de rosto precisa ser individualizado. Nesse sentido, também se indica não deixar as escovas no mesmo ambiente.



3

Limpar a língua: com raspador de língua específico ou mesmo escova de dentes iniciando a ação de limpeza na parte mais posterior da língua até a sua ponta.



4

Enxaguatório bucal: o uso de enxaguatórios após a escovação e o uso do fio dental, não é importante apenas por remover as partículas que ficaram dispersas na boca, como também por proporcionar um ambiente inadequado para a permanência desses vírus devido ao efeito das substâncias ativas presentes no produto.



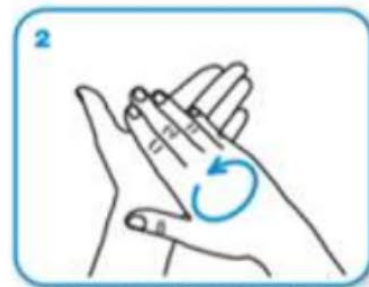
Técnica de Higienização das Mãos



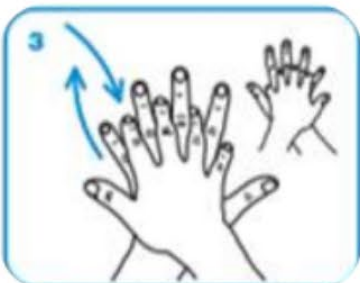
Molhe as mãos com água.



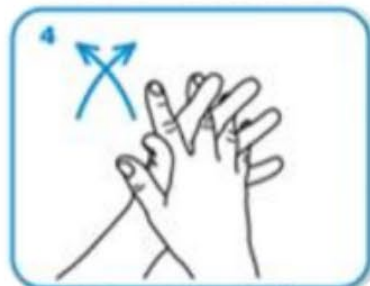
Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete para cobrir todas as superfícies das mãos.



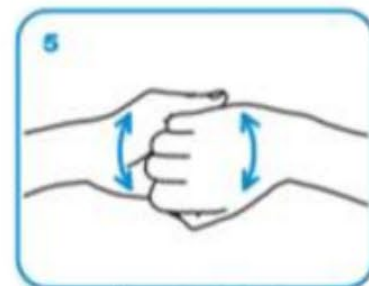
Ensaboe as palmas das mãos friccionando entre si.



Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



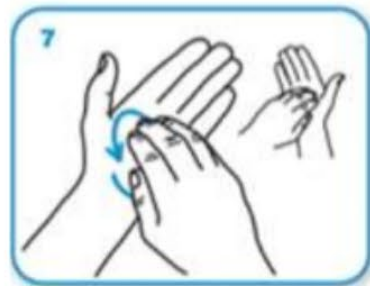
Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais.



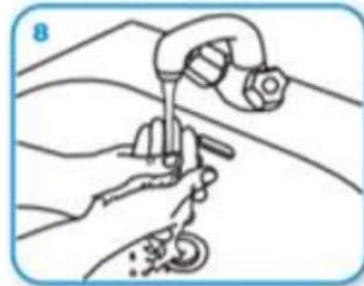
Esfregue o dorso dos dedos e uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos com movimento de vai e vem e vice-versa.



Esfregue o polegar esquerdo com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se do movimento circular e vice-versa.



Friccione as pontas dos dedos e unhas da mão direita contra palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.



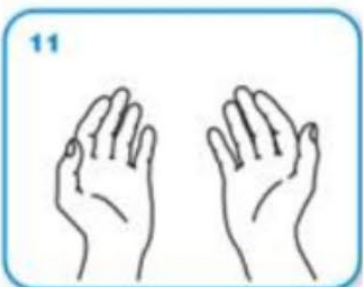
Enxague bem as mãos com água.



Seque as mãos com papel toalha descartável.



No caso de torneiras com contato manual, para fechar, sempre utilize papel toalha.



Agora, suas mãos estão seguras.

Técnica de Escovação e Uso do Fio Dental



Coloque a escova em um ângulo de 45 graus em relação a gengiva. Movimente a escova afastando-a da gengiva.



Escove delicadamente as partes internas, externas e de mastigação de todos os dentes com movimentos curtos de trás pra frente.



Com cuidado escove a língua do fundo para a ponta da mesma. Escovar a região interna da bochecha também.



Use aproximadamente 40cm de fio deixando um pedaço entre os dedos.



Siga com cuidado a curvatura dos dentes.



Assegure-se de limpar além da linha da gengiva mas sem forçar.

Complementando a Higienização Bucal

Muitos produtos como cremes dentais e enxaguatórios orais têm eficácia comprovada contra diversas doenças, incluindo algumas formas de vírus, prometendo, inclusive, ação protetora prolongada.



Substâncias como triclosam e cloreto de cetilpiridínio, por exemplo, demonstraram ação eficaz contra certas formas de coronavírus em laboratório e estão presentes em produtos de higiene oral.

Derivados da arginina, óleos essenciais e o zinco, presentes em diversas formulações odontológicas, também sugerem uma ação antiviral eficiente, mas é importante utilizar somente se houver orientação do seu Dentista. O uso da clorexidina não se apresenta como primeira escolha, pois pode alterar o paladar e confundir com os sintomas da COVID-19.

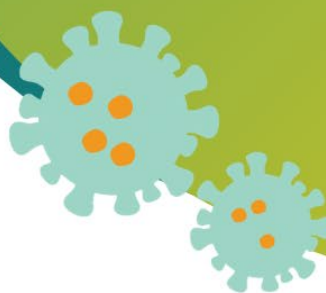


QUANDO PROCURAR O DENTISTA??

Urgência

- Dor de dente que não cessa com analgésico;
- Troca de curativos;
- Infecção bacteriana localizada, resultando em dor e inchaço localizados;
- Fratura de dente ("dente quebrado") resultando em dor ou causando algum trauma nos tecidos moles (gengiva, bochecha, língua);
- Trauma dentário resultando em perda e/ou dente mole/frouxo;
- Confecção de restauração temporária (provisória), caso a restauração seja perdida, quebrada ou esteja causando irritação da gengiva;
- Cárie ou restaurações "defeituosas" que causem dor;
- Remoção de "pontos";
- Ajustes ou reparos de dentadura(s) que estejam "machucando" e/ou prejudicando a mastigação;
- Substituir a medicação ("curativo") dos tratamentos de canal em pacientes com dor;
- Cortes ou ajustes de fios ou aparelhos ortodônticos que estejam "machucando" a boca.

- O paciente somente deve procurar o dentista em casos de urgência, mas primeiramente é importante entender como esses casos são classificados.
- Urgências dentárias podem ocorrer e se agravar em um curto período e, portanto, precisam de tratamento imediato.



Eletivos (de rotina)

- Exames odontológicos iniciais ou de manutenção;
- Radiografias ("raio-X") de rotina;
- Limpezas dentárias;
- Procedimentos ortodônticos diferentes daqueles para tratar problemas agudos (por exemplo: dor, infecção, trauma);
- Extração de dentes caso não haja dor;
- Restaurações incluindo tratamentos de lesões de cárie sem dor;
- Procedimentos odontológicos estéticos, como clareamento, troca de restaurações e botox.



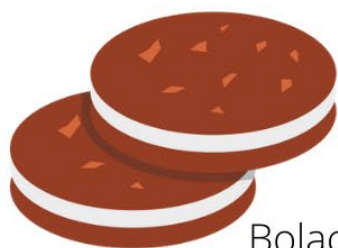
E QUAIS OS CUIDADOS COM AS CRIANÇAS ??



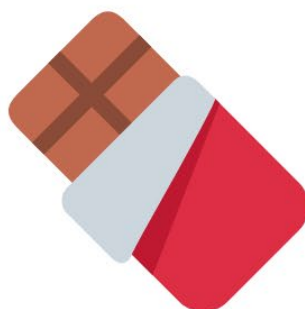
Cuidados

Os cuidados com a contaminação pela COVID-19 e a higienização durante o isolamento social são bem semelhantes aos do adulto. Porém, é comum as crianças comerem mais quando estão em casa, e durante o isolamento os pais devem estar atentos com a quantidade e frequência de carboidratos (pães, massas, farinhas, etc.) e açúcares ingeridos pelas crianças, visto que o processo de formação de cárie necessita de ingestão de açúcares, associada ao tempo com má/não escovação dos dentes.

Quais alimentos devem ser evitados ??



Bolachas



Chocolate



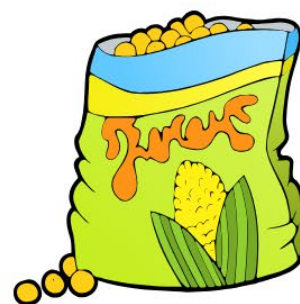
Suco de caixinha



Balas / chiclete / pirulito



Refrigerantes



Salgadinhos



Como devo realizar a escovação ??

- Escova de dentes compatível com a idade do bebê ou criança;
- Colocar na escova a quantidade de pasta compatível ao tamanho de um 'grão-de-arroz (de 0 a 3 anos) e grão de ervilha (de 3 anos ou mais);
- Escovar os dentes 3 vezes ao dia (ou mais);
- Usar fio dental/forquilha 1 vez ao dia, preferencialmente antes de dormir.



0 a 3 anos



3 anos ou mais



Consulta Odontológica

Nos últimos 14 dias apresentou:

- Febre;
- Problemas respiratórios;
- Viajou para algum lugar com casos de COVID-19;
- Teve contato com alguma pessoa infectada ou suspeita;
- Teve contato com muitas pessoas desconhecidas em algum evento, reunião ou algo do gênero.

SIM

Esta com febre?

+ 37,8°C

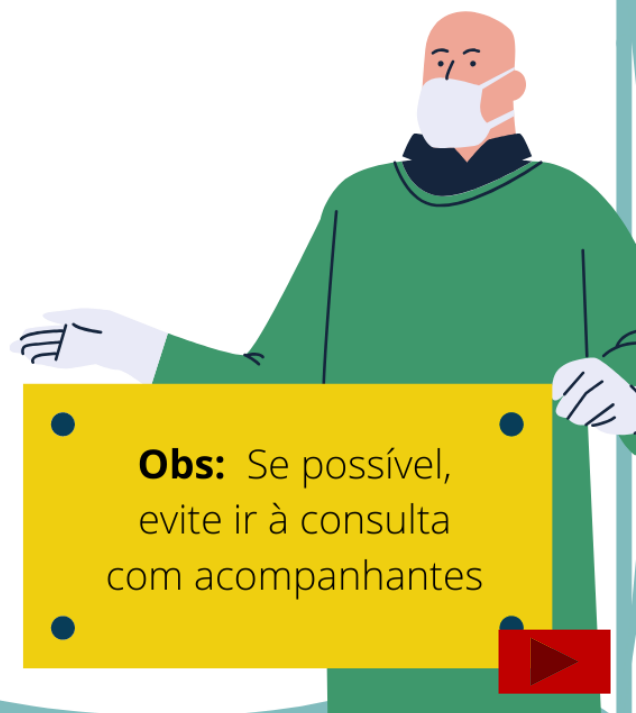
Se o caso for uma urgência o dentista poderá te atender, mas o ideal seria procurar algum serviço médico imediatamente.

- 37,8°C

Se não for urgente, adie sua consulta para depois de 14 dias.
Caso tenha algum tipo de sintoma gripal durante esses dias, avisar para que possam ser tomadas as medidas adequadas.

NÃO

Se a resposta for não para todas as perguntas, o dentista poderá realizar o atendimento adotando medidas de proteção reforçadas, desde que seja um atendimento urgencial. Do contrário, poderá remarcar a consulta também.



Obs: Se possível, evite ir à consulta com acompanhantes

Conclusão

A higiene oral de forma regular é sempre fundamental e especialmente importante no combate à COVID-19 por ser uma forma de prevenção contra o coronavírus e, consequentemente, diminuir o risco de contágio.

Mantenha-se informado:

Site do Ministério da Saúde

[Clique Aqui](#)

CASO POSSA,

FIQUE EM CASA!



Referências Bibliográficas

Martelli-Júnior, H.; Machado, R. A.; Martelli, D. R. B.; Cletta, R. D. Dental journals and coronavirus disease (COVID-19): A current view. *Oral Oncology*, 2020.

Tuñas, I. T. C.; Silva, E. T.; Santiago, S. B. S.; Maia, K. T.; Silva-Júnior, G. O. Doença pelo Coronavírus 2019 (COVID-19): Uma abordagem preventiva para Odontologia. *Revista Brasileira de Odontologia*, v.77:e1766, 2020.

Barreto, L. T. C.; Costa, R. A.; Galvão, H. C.; Azevedo, I. D. Cuidados Odontopediátricos no Enfrentamento da COVID-19. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2020.

Ather, A.; Patel, B.; Ruparel, N. B.; Diogenes, A.; Hargreaves, K. M. Coronavirus Disease 19 (COVID-19): Implications for Clinical Dental Care. *JOE*, p.1-12, 2020.

Comitê de Odontologia AMIB de enfrentamento ao COVID-19. Recomendações AMIB para atendimento odontológico COVID-19. Associação de Medicina Intensiva Brasileira, 2020.

Guo, H.; Zhou, Y.; Liu, X.; Tan, J. The impact of the COVID-19 epidemic on the utilization of emergency dental services. *Journal of Dental Sciences*, p.1-4, 2020.

Meng, L.; Hua, F.; Bian, Z. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Emerging and Future Challenges for Dental and Oral Medicine. *Journal of Dental Research*, p.1-7, 2020.

Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS). Coronavírus COVID-19: Atendimento odontológico no SUS. Nota Técnica n.9/2020-CGSB/DESF/SAPS/MS, 2020.

Conselho Federal de Odontologia. Recomendações para atendimentos odontológicos em tempos de COVID-19. CRO-RJ, 2020.

Sabino-Silva, R.; Jardim, A. C. G.; Siqueira, W. L. Coronavirus COVID-19 impacts to dentistry and potential salivary diagnosis. *Clinical Oral Investigations*, v.24, p.1619-1621, 2020.

Franco, A. B. G.; Franco, A. G.; Carvalho, G. A. P.; Dias, S. C.; Martins, C. M.; Ramos, E. V.; Perez, F.; Junior, S. M. Atendimento odontológico em UTI's na presença de COVID-19. *InterAmerican Journal of Medicine and Health*, v.3:e202003004, 2020.

Ministério da Saúde. Higiene das mãos. Blog da Saúde, 2016. Disponível em: <<http://www.blog.saude.gov.br/images/sabonete1.jpg>>. Acesso em: 27 abril 2020.

Kissler, S. M.; Tedijanto, C.; Goldstein, E.; Grad, Y. H.; Lipsitch, M. Projecting the transmission dynamics of SARS-CoV-2 through the postpandemic period. *Science*, Epub, 2020.

Anderson, R. M.; Heesterbeeck, H.; Klinkenberg, D.; Hollingsworth, T. D. How will country-based mitigation measures influence the course of the COVID-19 epidemic? *Lancet*, v.395, n.10228, p.931-934, 2020.



Referências Bibliográficas

HIRSH, et al. Avoiding holiday seasonal weight gain with nutrient-supported intermittent energy restriction: a pilot study. *Journal of Nutritional Science*, v.8, e. 11, 2019.

Manual de referência para procedimentos clínicos em odontopediatria / coordenadores Maria de Lourdes de Andrade Massara, Paulo Cesar Barbosa Rédua. 2ed. São Paulo: Santos, 2014.

Mcdonald; A. Odontologia para crianças e adolescentes. 9 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011.

Dennison, David K et al. The antiviral spectrum of Listerine antiseptic. *Oral Surgery Oral Medicine, Oral Pathology, Oral Radiology and Endodontics*, v. 79, issue 4, p.442-448, 1995.

Dellanno, C.; Vega, Q.; Boesenberg, D. The antiviral action of common household disinfectants and antiseptics against murine hepatitis virus, a potential surrogate for SARS coronavirus. *American Journal of Infection Control*, v. 37, n. 8, p. 649-652, 2009.

Meiller, T. F. et al. Efficacy of Listerine® Antiseptic in reducing viral contamination of saliva. *Journal of Clinical Periodontology*, v. 32, n. 4, p. 341-346, 2005.

Morawska, L.; Cao, J. Airborne transmission of SARS-CoV-2: The world should face the reality. *Environment International*, v. 139, n. April, p. 105730, 2020.

Peng, X. et al. Transmission routes of 2019-nCoV and controls in dental practice. *International Journal of Oral Science*, v. 12, n. 1, p. 1-6, 2020.

Popkin, D. L. et al. Cetylpyridinium Chloride (CPC) Exhibits Potent, Rapid Activity Against Influenza Viruses in vitro and in vivo. *Pathogens and Immunity*, v. 2, n. 2, p. 252, 2017.

Te Velhuis, A. J. W. et al. Zn²⁺ inhibits coronavirus and arterivirus RNA polymerase activity in vitro and zinc ionophores block the replication of these viruses in cell culture. *PLoS Pathogens*, v. 6, n. 11, p. 1-10, 2010.

Xu, H. et al. High expression of ACE2 receptor of 2019-nCoV on the epithelial cells of oral mucosa. *International Journal of Oral Science*, v. 12, n. 1, p. 1-5, 2020a.

Xu, J. et al. Salivary Glands: Potential Reservoirs for COVID-19 Asymptomatic Infection. *Journal of Dental Research*, n. X, p. 918518, 2020b.

Yamasaki, H. et al. Antiviral and virucidal activities of N α -cocoyl-L-arginine ethyl ester. *Advances in Virology*, v. 2011, 2011.

Zhang, Y. et al. Human oral microbiota and its modulation for oral health. *Biomedicine and Pharmacotherapy* Elsevier Masson SAS, , 1 mar. 2018.

Sumário

Introdução.....	2
Covid-19 na odontologia.....	4
Sintomas.....	4
Transmissão.....	5
Recomendações para prevenção e proteção da saúde bucal.....	6
Higienização bucal em dia.....	7
Técnica de higienização das mãos.....	8
Técnica de escovação e uso do fio dental.....	9
Complementando a higienização bucal.....	10
Quando procurar o dentista ?.....	11
E quais os cuidados com as crianças ?.....	12
Cuidados: quais alimentos devem ser evitados ?.....	13
Como devo realizar a escovação ?.....	14
Consulta odontológica.....	15
Conclusão.....	16
Referências Bibliográficas.....	17



Autores

Caio Cesar da Silva – Cirurgião-Dentista, aluno de Pós-Graduação do Mestrado em Clínicas Odontológicas (São Leopoldo Mandic-Campinas).

Carlos Eduardo Fontana – Cirurgião-Dentista, Prof. Dr. do Mestrado em Ciências da Saúde (PUC-Campinas).

Julius José Teixeira Johann Paul – Cirurgião-Dentista, aluno de Pós-Graduação do Mestrado em Ciências da Saúde (PUC-Campinas).

Letícia Maria Ramos Zanchetta – Cirurgiã-Dentista, aluna de Pós-Graduação do Mestrado em Ciências da Saúde (PUC-Campinas).

Lucas Augusto da Silva – Cirurgião-Dentista, aluno de Pós-Graduação do Mestrado em Ciências da Saúde (PUC-Campinas).

Marina Pellegrini Cicotti – Cirurgiã-Dentista, aluna de Pós-Graduação do Mestrado em Clínicas Odontológicas (São Leopoldo Mandic-Campinas).

Roberta Mariano de Carvalho e Silva – Cirurgiã-Dentista, aluna de Pós-Graduação do Mestrado em Ciências da Saúde (PUC-Campinas).

Sérgio Luiz Pinheiro – Cirurgião-Dentista, Prof. Dr. do Mestrado em Ciências da Saúde (PUC-Campinas).

Como citar este documento:

Silva, C. C.; Fontana, C. E.; Paul, J. J. T. J.; Zanchetta, L. M. R.; Silva, L. A.; Cicotti, M. P.; Silva, R. M. C.; Pinheiro, S. L. Cartilha de orientação odontológica para a população em tempos de COVID-19, Campinas: PUC-Campinas, p.1-20, 2020.

