



16.03.2018

## Comunicat de Presă

**Ziua Mondială a Sănătății Orale**, sărbătorită la inițiativa Federației Internaționale a Dentiștilor (FDI) în fiecare an pe data de 20 martie, are ca scop creșterea gradului de conștientizare a populației privind importanța menținerii unei stări optime a sănătății orale la orice vârstă.

Tema de anul acesta: „**Spune Aaaaa! Gândește-te la gura ta, Gândește-te la sănătatea ta!**”, subliniază importanța efectuării controalelor stomatologice periodice încă de la vârste mici, precum și importanța igienei orale corecte și a alimentației sănătoase.

Sănătatea orală este o componentă fundamentală a sănătății. **Comportamente la risc** care influențează sănătatea orală sunt:

- igiena orală absentă, insuficientă sau incorectă
- obiceiuri alimentare nesănătoase care pun în pericol sănătatea în general și sănătatea orală în special
- obiceiul de a fuma, consumul excesiv de alcool
- neprezentarea / amânarea controlului stomatologic
- alți factori de risc: factorii sociali cum ar fi nivelul scăzut de educație, venituri mici, comportamentul violent sau comportamentele care predispun la traumatisme buco-maxilo-faciale.

Problemele de sănătate orală neglijate se pot agrava, complica sau pot genera alte probleme de sănătate, chiar în absența durerii.

Pierderea dinților este consecința finală a cariilor dentare și afecțiunilor gingivale severe (parodontită), condiții cauzate de expunerea pe tot parcursul vieții la factorii de risc, comuni de altfel și pentru alte boli cronice netransmisibile.

Pierderea completă a dinților naturali este o problemă gravă de sănătate publică care afectează calitatea vieții. Fumatul, dieta nesănătoasă și consumul excesiv de alcool sunt principalele cauze ale pierderii complete a dinților.

Copilăria reprezintă anii de formare a comportamentelor sanogene, a deprinderilor și obiceiurilor corecte pentru menținerea sănătății orale, prevenirea cariilor și a altor afecțiuni dentare.

Igiena orală este esențială pentru îndepărtarea factorilor care duc la apariția cariilor. Spălatul pe dinți trebuie perceput ca o deprindere pentru sănătatea orală și nu numai ca și un act estetic. Practicarea regulată și corectă a periajului dentar este condiție ușor de atins pentru a îmbunătăți sănătatea orală.

Vizita la medicul stomatolog trebuie efectuată odată la 6 luni, chiar și atunci când nu sunt semne de suferință dentară.

Relația dintre sănătate orală și starea generală de sănătate este deosebit de pronunțată în rândul persoanelor în vârstă. Sănătatea orală deficitară poate crește

riscurile pentru sănătatea generală. Afecțiunile orale sunt de obicei progresive și cumulative. La vârstnici, îngrijirile în sănătatea orală reprezintă o provocare și datorită unor condiții asociate întâlnite. Procesul de îmbătrânire poate crește, direct sau indirect, riscul de boli orale, agravate de o stare generală de sănătate precară sau de bolile cronice.

Vă rugăm să transmiteți aceste mesaje specifice către populație.

**Director Executiv**

**Dr. Rahotă Daniela**

## ZIUA MONDIALĂ A SĂNĂȚĂII ORALE

20 martie 2018

Sănătatea orală este mai mult decât

un zâmbet frumos. Înseamnă sănătatea:



### Sănătatea orală

Este o componentă fundamentală a sănătății și include capacitatea de a vorbi, zâmbi, mirosi, gusta, atinge, mesteca, înghiți și de exprima o serie de emoții prin intermediul expresiei faciale, cu încredere și fără durere, dis-comfort sau boli cranio-faciale complexe.

## FACTORII DE RISC



**IGIENA ORALĂ DEFICITARĂ** și lipsa vizitelor regulate la medicul dentist se asociază cu afecțiuni gingivale și carii dentare.



**DIETA** bogată în zahăr și grăsimi și săracă în fibre, vitamine și minerale esențiale se asociază cu carii dentare și pierderea prematură a dinților.



**FUMATUL** este implicat în numeroase afecțiuni incluzând cancerul oro-faringian, afecțiuni periodontale și a altor țesuturi din cavitatea bucală, pierderea dinților.

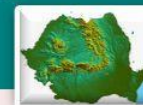


**CONSUMUL EXCESIV DE ALCOOL** crește riscul apariției cancerului cavității bucale. Alcoolul este un factor de risc major pentru numeroase probleme sociale și violența fizică care adesea conduc la fracturi ale oaselor feței sau dinților.



**FOLOSIREA NEADECVATĂ A ECHIPAMENTELOR DE PROTECȚIE** în timpul practicării anumitor sporturi sau a utilizării vehiculelor cu motor poate fi cauza unor traumatisme faciale.

## SĂNĂȚATEA ORALĂ ÎN CIFRE



### COPII ȘI ADOLESCENȚII



**3,39** carii debtare /copil din care **1,45** carii tratate /copil.

**27,1%** vizite la medicul dentist pentru dureri dentare și gingivale din care **20,2%** părinții le-au făcut o programare.

**55%** se spală pe dinți de 2-3 ori pe zi.

**53%** folosesc o pastă de dinți cu conținut de fluor.

**83%** sunt de acord că aspectul fizic are de suferit dacă persoana are carii dentare.

#### Comportamente cu risc pentru sănătatea orală:

**50%** consumă fructe o dată pe zi.

**25%** consumă fructe de 2-3 ori pe zi.

**50%** consumă sucuri zilnic.

**63,13%** consumă dulciuri zilnic.

**25%** consumă dulciuri de 2-3 ori/zi.

**20%** consumă zilnic lapte îndulcit: aproape.

**10%** fumează.

### ADULȚII



**45%** își periază dinții mai puțin de 2 ori pe zi.<sup>2</sup>

**10%** se spală pe dinți mai puțin de o dată/săptămână.<sup>2</sup>

**30%** au încă toți dinții naturali.<sup>3</sup>

**81%** ar avea posibilitatea să meargă la un medic dentist în timp de 30 de minute de la locuința lor sau de la locul lor de muncă, dacă ar fi necesar.<sup>3</sup>

#### Vizite la medicul dentist:

**27%** controlul de rutină sau tratamentele de curățare.

**31%** tratamentul de rutină.

**40%** tratamentul de urgență.

## MĂSURI DE PREVENIRE A PROBLEMELOR DE SĂNĂȚATE ORALĂ

Cariile sunt produse de bacterii, de aceea igiena orală este esențială pentru îndepărtarea lor:

Periați-vă regulat dinții, de cel puțin 2 ori pe zi, dimineața după micul dejun și seara înainte de culcare, timp de 3 minute! Respectă ordinea corectă de periaj.

Folosii apă de gură fără alcool (o dată pe zi, clătiți timp de 1 minut). Curățați-vă limba, o dată pe zi!

Curățați-vă spațiul interdental folosind ața sau periuța interdentală.

Nu treceți cu vederea problemele dentare sau gingivale!

Simptome precum inflamația sau sângerările gingivale nu trebuie neglijate deoarece, cu timpul, ele pot deveni mult mai grave.

Vizitați o dată la 6 luni medicul dentist, chiar și atunci când nu simțiți că aveți o problemă cu dinții!

O dietă echilibrată nu numai că vă păstrează în formă, dar menține și dinții sănătoși

Evitați alimentele cu conținut ridicat de zahăr, precum și consumul băuturilor acidulate!

Folosirea efectivă a echipamentelor de protecție adecvate în cazul practicării anumitor sporturi sau a utilizării vehiculelor.

Educația părinților privind sănătatea orală în timpul sarcinii și vârsta pentru prima vizită la medicul dentist.

Încurajarea părinților de a se spăla pe dinți împreună cu copiii lor pentru formarea unor deprinderi corecte de la o vârstă fragedă.