

Programa
Cuidar
TRANSMAION

Programa
Cuidar
TRANSMAIION

O que é?

Cuidar é um programa voltado para qualidade de vida dentro e fora do ambiente de trabalho.

Com objetivo de orientar nossos colaboradores e suas respectivas famílias com temas relacionados a saúde física e emocional.

Todos os meses será abordado um tema relacionado a qualidade de vida na comunicação interna e nas redes sociais da empresa.

Vem com a gente!





Você já ouviu falar em Saúde Bucal ?

Neste mês de maio, em parceria com a Santini Odontologia (credenciada a HapVida), o programa Cuidar irá abordar o tema: Saúde Bucal. Onde foi elaborado um material orientativo com diversas dicas de como garantir a sua saúde bucal.



Saúde Bucal



O que é saúde bucal?

A saúde bucal vai muito além de uma boa aparência do sorriso. Ela faz parte da saúde geral e é considerada essencial para o bem-estar e qualidade de vida do indivíduo. A partir da saúde bucal conseguimos falar, sorrir, comer e transmitir emoções sem dores ou desconfortos. As doenças mais comuns que acometem a saúde bucal são a cárie dental e a doença periodontal. Caso não tratadas, tais doenças podem levar perdas dentárias e consequências físicas, funcionais e sociais na vida das pessoas.

O que é a doença cárie?

A cárie é uma doença provocada por bactérias que produzem ácidos. Estes ácidos “corroem” o esmalte do dente, levando ao aparecimento de cavidades.

Os hábitos de vida do indivíduo, como por exemplo: o que come, como cuida de seus dentes, se utiliza creme dental com flúor, influenciam diretamente para o desenvolvimento da cárie.



Saúde Bucal



O que é a doença periodontal?

A doença periodontal é uma inflamação dos tecidos que suportam os dentes, como a gengiva e o osso. É causada pelo acúmulo de placa e tártaro ao redor da gengiva.

Os principais sintomas da doença são:

- Sangramento gengival;
- Alteração da tonalidade da gengiva, ficando mais avermelhada;
- Inchaço e sensibilidade gengival.

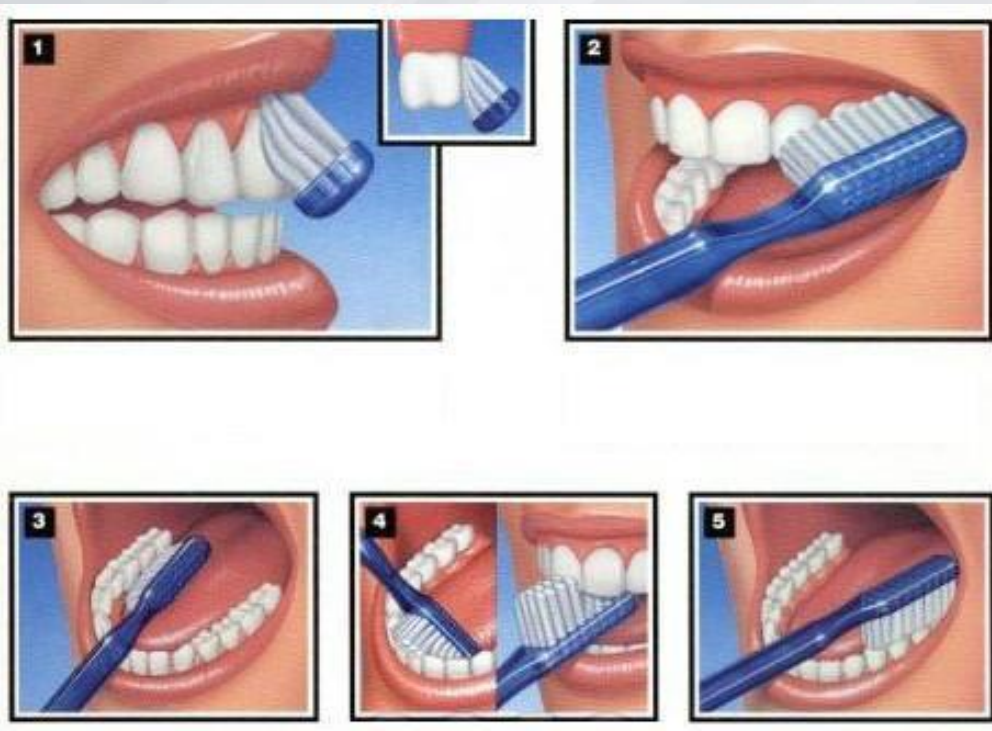
Dicas para evitar o desenvolvimento de cárie e da doença periodontal:

- Escove os dentes pelo menos três vezes ao dia;
- Use diariamente o fio dental, para remover os resíduos que ficam presos entre os dentes e próximos à gengiva;
- Reduza a frequência do consumo de açúcar;
- Utilize pasta de dente que tenha flúor em sua composição;
- Faça no mínimo duas consultas preventivas em seu dentista ao ano.

Saúde Bucal



Dicas de como realizar uma boa higienização bucal



Técnica de escovação:

- Posicione a escova de dente formando um ângulo de 45 graus próximo à gengiva e faça movimentos leves e circulares, repetindo o movimento a cada dente.
- Escove a superfície interna de cada dente, utilizando a mesma técnica.
- Escove a superfície da mastigação (topo dos dentes) com movimentos de vai e vem.
- Lembre-se também da escovação da língua para remoção de bactérias causadoras de mau odor.

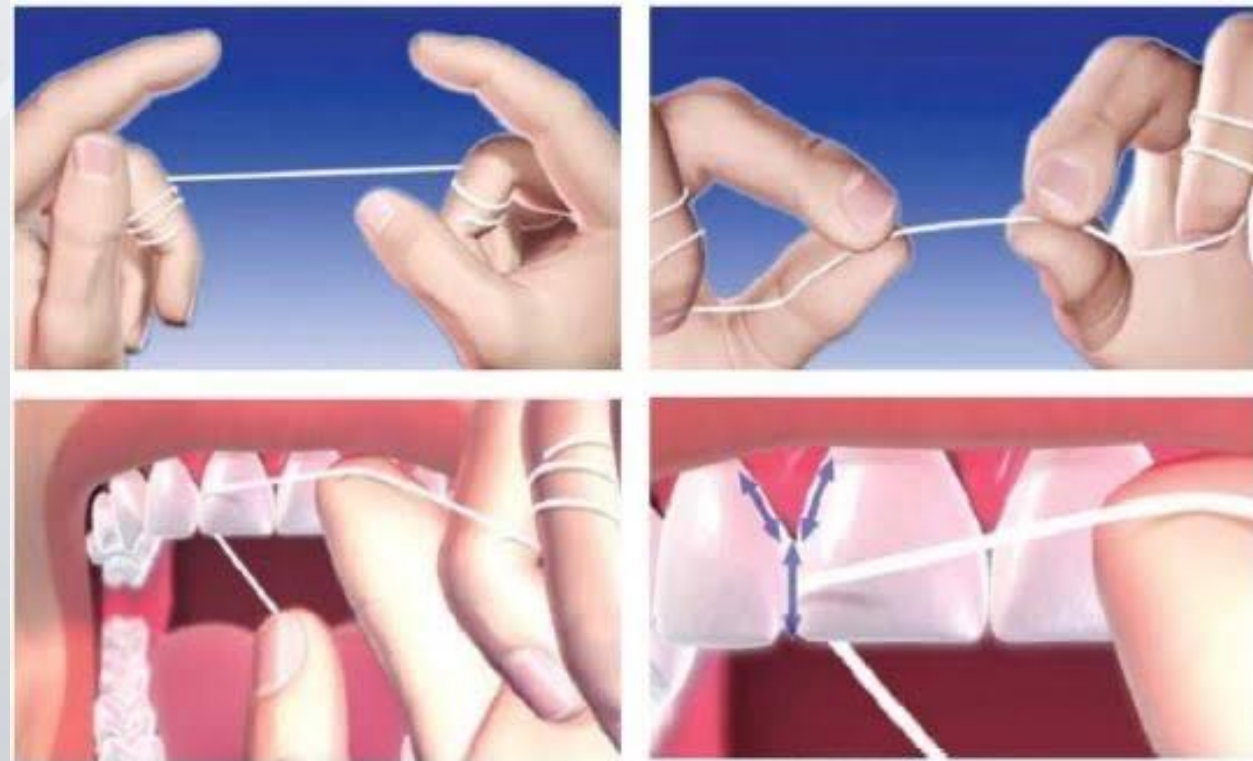
Saúde Bucal



Dicas de como realizar uma boa higienização bucal

Uso correto de fio dental

- Enrole aproximadamente 30 cm do fio dental ao redor dos dedos, deixando uns 10 cm entre os dedos.
- Segure o fio dental entre o indicador e o polegar das duas mãos e deslize-o levemente para cima e para baixo entre os dentes.
- Passe o fio ao redor da base de cada dente, ultrapassando levemente a junção entre o dente e a gengiva.



Saúde Bucal



Outras doenças que afetam a saúde bucal:

Câncer bucal: o câncer de boca é um tumor que afeta os lábios e as estruturas da boca como gengivas, bochechas, língua, céu da boca, etc. Fatores como: tabagismo, consumo em excesso de bebidas alcoólicas, exposição solar frequente sem devidas proteções aumentam o risco do desenvolvimento do câncer bucal. Os principais sinais que devem ser observados são: feridas nos lábios ou na cavidade bucal que não cicatrizam há mais de 15 dias; placas esbranquiçadas ou avermelhadas na língua, gengiva, céu da boca ou bochechas; nódulos (caroços) no pescoço.

Mau hálito: é um problema recorrente que pode ter diversas causas. Uma delas é a má higiene bucal, que provoca o acúmulo de bactérias bucais gerando tal desconforto.



Dra. Letícia Santini Vernier

Cirurgiã Dentista
(Conveniada com a HapVida/Transmaion)
CROSP 119647



Atenção colaboradores:

Plantão de dúvidas HapVida

No dia 15/05/2023, a partir das 09:00, acontecerá na empresa Transmaion, plantão de dúvidas com a equipe do nosso convênio odontológico HapVida.

A equipe estará a sua espera no prédio antigo da empresa, das 09:00 as 16:00.

Contamos com a sua presença!



De qual
especialidade
você precisa?



Conheça mais sobre algumas especialidades. Sabendo as atribuições de cada profissional, ficará mais fácil agendar sua consulta.

Odontopediatra – Profissional que realiza tratamento em crianças;

Clínico geral – Profissional que realiza consultas, diagnósticos e tratamentos em geral;

Dentística – Profissional que realiza diversos tipos de restaurações (obturações de resina e pateadas);

Periodontia – Profissional que realiza tratamento da gengiva (gengiva inflamada e remoção de tártaro);

Endodontia – Profissional que realiza tratamento de canal;

Cirurgião – Profissional que realiza diversos tipos de cirurgia, dentre elas a remoção de dente;

Protesista – Profissional que é responsável pela realização de próteses dentárias (somente coroas unitárias - é preciso ter pelo menos a raiz do dente).

Importante

Não realize qualquer tipo de pagamento de procedimentos cobertos pelo plano diretamente ao dentista.

Todas as cobranças são feitas por meio de desconto no holerite.
Em caso de dúvida, entre em contato com o SAC pelo telefone
0800 275 9092



TRANSMAION

Central de Atendimento:
(14) 3844-1058
transmaion@transmaion.com.br



Escritório: Rua Ataíde da Silva Rosa, 50 - Trevo, Pratânia - SP, 18660-050

 /transmaion | www.transmaion.com.br