

## FRESCOR COM MODERAÇÃO

Quem nunca experimentou a boa sensação de frescor na boca após escovar os dentes? Além de trazer esse bem-estar, a escovação nos ajuda a exterminar, diariamente, milhões de bactérias na boca.

Normalmente, as bactérias não trazem nenhum mal, mas, a partir de restos alimentares, esses micro-organismos produzem substâncias com gosto e cheiro desagradáveis, podendo causar o temido mau hálito.

Para se livrar desse probleminha, muitas pessoas usam os enxaguantes bucais depois da escovação. Além de essência de menta ou canela, os enxaguantes contêm antissépticos, como a clorexidina, que matam as bactérias.

Mas esses antissépticos são eficientes? Pesquisadores do laboratório de Biologia de Micro-organismos da UFMG testaram diversos enxaguantes e observaram que algumas bactérias apresentavam resistência e continuavam na boca, mesmo quando o produto puro era usado!

Os pesquisadores supõem que isso acontece devido ao uso excessivo de enxaguantes bucais pela população: as bactérias mais sensíveis morrem logo, deixando o caminho livre para as bactérias naturalmente resistentes, que podem causar sérias doenças bucais.

E como resolver esse problema? Escovar bem os dentes já é uma maneira muito eficiente de remover as bactérias. Os enxaguantes podem ajudar, mas usados com mais cautela e não apenas para ter aquela sensação de refrescância tão falada na TV.

Texto originalmente escrito por Horácio Antônio para o programa Na Onda da Vida, da **Rádio UFMG Educativa FM 104,5**, e adaptado por Luiz Fernando Freitas.