**Dia dos Namorados: a relação entre a saúde bucal e o beijo**

*Especialista da Clínica Omint Odonto e Estética fala sobre saúde bucal e maneiras para evitar doenças*

**São Paulo, junho de 2023** – Beijar na boca é uma das formas mais prazerosas de demonstrar afeto e intimidade com outra pessoa. Mas para que o beijo seja bom, é preciso cuidar da saúde bucal e evitar problemas como mau hálito, cáries e doenças gengivais.

Segundo o coordenador técnico da Clínica Omint Odonto e Estética, Marcus Azevedo do Amaral, beijar na boca é uma forma de comunicação e de expressão dos sentimentos. “Por isso, é importante que a pessoa se sinta confiante e confortável com a sua saúde bucal, para poder aproveitar esse momento sem medos ou inseguranças”, diz.

Algumas dicas simples para manter a boca saudável incluem escovar os dentes pelo menos três vezes ao dia, após as principais refeições, usar fio dental pelo menos uma vez ao dia e visitar o dentista regularmente, pelo menos a cada seis meses. “O profissional pode fazer uma avaliação completa da sua saúde bucal e detectar possíveis problemas antes que eles se agravem”, explica Marcus.

Além de ser uma forma de expressar afeto, carinho e amor, o beijo também pode ser uma via de transmissão de diversas doenças infecciosas. Algumas delas são: mononucleose, gripe, resfriado, herpes, HPV, sífilis e gonorreia. Essas doenças podem causar sintomas como febre, dor de garganta, bolhas na boca, verrugas e secreção na garganta.

Ainda segundo o especialista, para evitar a contaminação pelo beijo, é importante adotar medidas de prevenção, como:

- Evitar beijar pessoas que apresentem sinais de infecção na boca.

- Usar camisinha em todas as relações sexuais.

- Manter uma boa higiene bucal.

- Evitar colocar as mãos na boca.

- Vacinar-se contra o HPV e a gripe.

**Sobre a Clínica Omint Odonto e Estética**

Referência absoluta no Brasil quando o assunto é saúde de alto padrão, o Grupo Omint inaugurou em 1999 a Clínica Omint Odonto e Estética trazendo para esse segmento uma qualidade até então inédita no País, com investimento em tecnologia, controle de qualidade e biossegurança. A Clínica Omint, com duas unidades em São Paulo, possui a certificação JCI (Joint Commission International), o mais importante selo de qualidade mundial para instituições de saúde, sendo a primeira clínica odontológica brasileira a conquistar este reconhecimento.

Saiba mais no site da [Clínica Omint Odonto e Estética](https://www.omint.com.br/clinica-odontologica/).