**Língua branca: saiba quais são as causas e como resolver**

*O órgão mal higienizado pode causar cárie e doença periodontal*

**São Paulo, julho de 2024 –** Por que a língua fica esbranquiçada? O diagnóstico provável é saburra lingual, uma condição relacionada ao acúmulo de placa bacteriana. De acordo com a Dra. Fabiana Cavallini Magalhães, da Clínica Omint Odonto e Estética, a placa bacteriana é formada por restos de comida misturados à saliva que se acumulam na superfície da língua quando não é realizada a higiene adequada.

“A presença de resíduos alimentares na cavidade oral cria um ambiente ideal para a proliferação de bactérias, podendo resultar em cáries ou até mesmo periodontite", explica a especialista. O problema pode se agravar ainda mais, pois a placa bacteriana pode se transformar em tártaro, uma camada endurecida de sujeira que se acumula nos dentes e só pode ser removida em consultório odontológico.

**A língua também precisa ser higienizada**

Para evitar o embranquecimento da língua de maneira simples e econômica, bons hábitos são essenciais. "Escovar os dentes após as refeições é fundamental, mas não podemos nos esquecer da limpeza da língua para uma higiene completa", destaca Fabiana.

A especialista ressalta a variedade de raspadores de língua disponíveis no mercado. "O modelo de cobre é o mais recomendado devido às suas propriedades antibacterianas, higiênicas e duráveis". É importante lembrar que, como a escova de dentes, o raspador é um item pessoal de higiene e não deve ser compartilhado.

O movimento de raspagem deve ser realizado do fundo até a ponta da língua, repetindo algumas vezes, e depois enxaguando com água. Essa etapa pode ser feita por último, após usar o fio dental e escovar os dentes.

**A importância da língua**

A língua, além de ser considerada um órgão, é um dos músculos mais importantes do corpo humano, desempenhando funções vitais como mastigação, deglutição, percepção de sabores e fala.

**Mais da metade dos brasileiros não vai ao dentista**

Dados do Ministério da Saúde, em parceria com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), mostram que [55% dos brasileiros não vão ao dentista uma vez por ano](https://www.terra.com.br/noticias/maioria-dos-brasileiros-nao-vai-ao-dentista-uma-vez-ao-ano%2C6362403e50bffda4106c5e3e1203e3e0izis39vt.html?utm_source=clipboard), conforme recomendado pelos profissionais da área. É fundamental, entretanto, realizar uma avaliação anual para que o especialista possa monitorar a saúde bucal do cliente e definir o intervalo adequado para retornos subsequentes.