

**Dia da Mulher: saúde bucal feminina em foco**

*Saiba quais são os cuidados e as orientações necessárias para atravessar momentos como a gestação, a amamentação, a menopausa e o uso de contraceptivos*

Os cuidados com a saúde bucal devem fazer parte da rotina de todos. Porém, fatores como hormônios, gestação, amamentação, menopausa e uso de contraceptivos requerem cuidados extras por parte das mulheres. Algumas doenças gengivais estão comprovadamente relacionadas a problemas pertinentes à saúde feminina, o que reforça a necessidade de maior atenção ao grupo.

Com objetivo de orientá-las sobre a importância de manter a saúde bucal em dia e, assim, atravessar com tranquilidade todas as fases que a mulher passa em sua vida, o Conselho Regional de Odontologia de São Paulo (CROSP) elencou algumas informações importantes.

**Saúde bucal durante a gestação**

De acordo com a cirurgiã-dentista Adriana Mazzoni, especialista em odontopediatria, a gestação é responsável por diversas transformações. Nesta fase, até a composição da saliva apresenta variação devido à condição hormonal, mudança de dieta (apetite por alimentos ácidos e exóticos) e maior ingestão de alimentos em horários não usuais. Tais condições podem alterar a estrutura do esmalte dentário, bem como elevar a presença de ácidos estomacais por causa dos sucessivos vômitos. Combinados à falta ou incorreta higiene bucal, esses pontos favorecem o aparecimento de cáries.

Também nesta fase pode ocorrer um maior sangramento gengival, por conta do depósito de placa bacteriana e gengivite, e, em alguns casos, ocorre a periodontite. O granuloma gravídico ou tumor gravídico é outro quadro possível no período. Ele se apresenta como uma lesão inflamatória na gengiva marginal de coloração avermelhada intensa e consistência flácida, que sangra com facilidade ao toque, é indolor e de fácil remoção e tratamento.

Os riscos de lesões ou complicações para a gestante são os mesmos do que para qualquer pessoa, exceto nos casos em que ela apresenta infecção na cavidade bucal; essa, por sua vez, pode atingir o feto por meio da corrente sanguínea, alterando ou comprometendo sua formação, conforme alerta Mazzoni: “Se a gestante apresenta a doença periodontal e ela não é combatida nesse período, corre-se o risco de serem liberadas na corrente sanguínea determinadas toxinas que podem alcançar a placenta e estimular a produção de citocinas e prostaglandinas, comprometendo as contrações uterinas e favorecendo o parto prematuro”, alerta.

**Pré-natal odontológico**

O pré-natal odontológico permite educar e cuidar da saúde da gestante e, consequentemente, do bebê. Trata-se de um momento propício para abordar

temas relacionados à higiene bucal e à atenção necessária durante a gestação, entre eles, os tratamentos preventivos, curativos e a alimentação saudável da gestante, além de orientar a gestante quanto à importância dos cuidados bucais com o futuro bebê, como esclarece a cirurgiã-dentista Adriana Mazzoni sobre a relevância nas movimentações da boca. “É oportuno nesta consulta abordar a amamentação e saber o que a paciente deseja, reforçando a importância do leite materno e de todo o movimento que a amamentação proporciona no crescimento e desenvolvimento saudável da criança”.

A odontopediatra reforça que a melhor época para a consulta odontológica é o segundo trimestre de gestação, pois, no primeiro trimestre, os enjoos podem atrapalhar os procedimentos, no terceiro, o peso pode causar desconforto à paciente, que fica muito tempo sentada na cadeira odontológica. Mazzoni salienta que essa sugestão visa apenas o conforto: “Não há impedimento para atendê-la em qualquer época do período gestacional e nenhum procedimento é contraindicado. Pacientes com maior frequência de vômitos precisam de acompanhamento odontológico mais frequente”, completa.

**Contraceptivos requerem maior atenção com a saúde bucal**

Os contraceptivos previnem uma gravidez indesejada, portanto, sua utilização é, muitas vezes, indispensável. Contudo, seu uso pode interferir na saúde bucal das mulheres. Isso ocorre porque as bactérias na cavidade bucal estão em equilíbrio e, quando esse equilíbrio é descompensado, há proliferação delas, muitas vezes não desejáveis, ocasionando a cárie ou doença periodontal. Esse desequilíbrio está relacionado à dieta, higiene e medicamentos, como os contraceptivos, que possuem o risco de aumentar a ocorrência da doença gengival.

Um outro exemplo da influência dos contraceptivos na saúde bucal está relacionado à alveolite, uma complicação pós-cirúrgica. Neste caso, após a extração de um dente, o alvéolo dentário permanece aberto e apresenta infecção, que provoca dor intensa e mau odor por alguns dias. O uso de contraceptivos orais pode potencializar o surgimento da alveolite, uma vez que o estrogênio presente nestes medicamentos e em outras drogas tem efeito fibrinolítico, o que atrapalha o processo de cicatrização e formação de colágeno.

**Menopausa e terceira idade**

Cabelos, unhas, pele, desconforto causado pela ardência bucal são alguns dos problemas que envolvem a terceira idade na menopausa. Segundo a cirurgiã-dentista Denise Tibério, especialista em odontogeriatria, a perda óssea causada pela diminuição de hormônios pós-menopausa é comum. Contudo, ela esclarece que a osteoporose está relacionada com a reserva de tecido ósseo acumulada durante toda a vida.

Como explica a Dra. Denise, outra situação comum ao envelhecimento é a diminuição da eficiência mastigatória por perda de massa muscular, fazendo com que os idosos busquem se alimentar de comidas mais fáceis de mastigar, o que leva a não estimulação das glândulas salivares e a consequente diminuição de saliva, já tão comprometida pelos efeitos colaterais da polifarmácia.

Por fim, a odontogeriatra alerta para a mudança de hábito: “Já que a higiene bucal é fundamental, é importante lembrar que o uso de medicamentos contínuos, que se torna maior na terceira idade, também pode diminuir ou reduzir a quantidade de saliva, o que tende a contribuir para a deterioração da cavidade bucal”, explica. Ela lembra ainda que, quando há diminuição de saliva, comprometimento dental e de periodonto (gengiva), aos poucos, há uma modificação na escolha da alimentação, o que leva a um comprometimento nutricional.

Sendo assim, as mulheres precisam estar mais atentas à saúde bucal em todos os períodos de sua vida. Por isso, a recomendação é que se mantenha uma higiene bucal preventiva e que faça o acompanhamento com o cirurgião-dentista nos intervalos estipulados pelos profissionais.

**Sobre o CROSP**

O **Conselho Regional de Odontologia de São Paulo** (**CROSP**) é uma autarquia federal dotada de personalidade jurídica e de direito público com a finalidade de fiscalizar e supervisionar a ética profissional em todo o Estado de São Paulo, cabendo-lhe zelar pelo perfeito desempenho ético da Odontologia e pelo prestígio e bom conceito da profissão e dos que a exercem legalmente. Hoje, o **CROSP** conta com mais de 140 mil profissionais inscritos. Além dos cirurgiões-dentistas, o **CROSP** detém competência também para fiscalizar o exercício profissional e a conduta ética dos Técnicos em Prótese Dentária, Técnicos em Saúde Bucal, Auxiliares em Saúde Bucal e Auxiliares em Prótese Dentária.

Mais informações: www.crosp.org.br

**Mais informações:**

imprensacrosp@apexagencia.com.br

(11) 3549 – 5550 / (11) 99693 – 6834

Ailton Oliveira e Elen Carla.