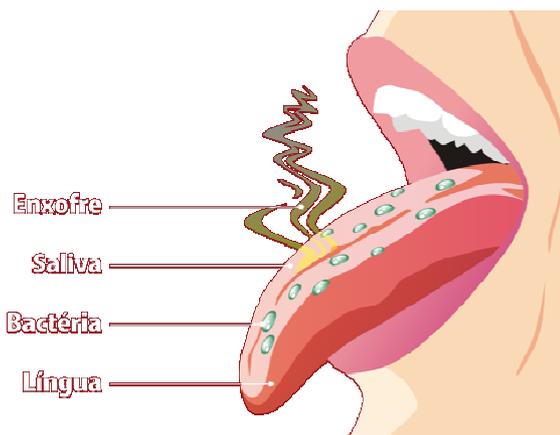


Mau hálito - Causas e tratamento

A halitose, popularmente conhecida como mau hálito, consiste nos odores desagradáveis oriundos da cavidade bucal ou através da respiração. Esse problema é comum e afeta boa parte da população adulta. Na maior parte dos casos, a



halitose se origina na cavidade bucal, como resultado da putrefação microbiana. Os gases mais associados à halitose são compostos voláteis de enxofre. Ainda que o problema em si seja bastante conhecido, novos métodos de diagnóstico estão sendo desenvolvidos com o propósito de tornar mais objetivos e fáceis sua identificação e posterior tratamento.

TIPOS DE HALITOSE

A halitose pode ser fisiológica ou patológica. A primeira condição é causada, principalmente, por saburra lingual (restos alimentares na superfície da língua) e pobre higiene bucal. A halitose patológica é causada, basicamente, pela doença periodontal, mas também pode estar associada a dentes com nervo necrosado exposto, cárie dentária, restaurações imperfeitas ou ulcerações. Se não há halitose, mas o paciente acredita ser portador dela, o diagnóstico é de pseudohalitose. Nesses casos, a intensidade do odor não está além dos níveis aceitáveis socialmente.

CAUSAS

A halitose é um sinal de que algo no organismo está em desequilíbrio e deve ser identificado e tratado. Existem dezenas de causas e, em aproximadamente 90% dos casos, se manifestam na boca.

Pode ser de origem fisiológica (hálito da manhã, jejum prolongado, dietas inadequadas), razões locais (higiene bucal deficiente, placas bacterianas retidas na língua e/ou amígdalas, baixa produção de saliva, doenças da gengiva) ou mesmo razões sistêmicas (diabetes, problemas renais ou hepáticos, prisão de ventre, problemas respiratórios e outros). Alguns medicamentos que reduzem o fluxo salivar, como antidepressivos, anti-histamínicos e descongestionantes, também contribuem para os odores desagradáveis. O fumo também contribui para a ocorrência do mau hálito.

MAU HÁLITO E ESTÔMAGO

Pesquisas efetuadas pela Associação Brasileira de Halitose concluíram que é um mito que mau hálito teria origem no estômago, apesar desse engano ainda persistir entre muitos profissionais da área de saúde.

A polêmica existe porque se associou estômago vazio com halitose. É verdade, mas é um fenômeno passageiro. Quando se permanece mais de quatro horas sem se alimentar, o corpo sofre com hipoglicemia. Ou seja, existe uma diminuição na quantidade de açúcar para o organismo queimar. O cheiro desagradável que se manifesta quando acordamos procede da boca seca durante o sono, como também dos pulmões devido à presença de corpos cetônicos, provenientes da queima de gordura. As glândulas salivares restringem ao mínimo sua produção durante as horas do sono. A boca resseca, e as bactérias multiplicam-se, fazendo com que o mau hálito seja mais forte. Mas basta se alimentar e o mau cheiro desaparece.

DIAGNÓSTICO DA HALITOSE

A mensuração da halitose é complicada pela complexidade gasosa dos compostos volatizados. Dentre os testes de halitose, o mais frequentemente empregado é o organoléptico, que é realizado por meio da inalação direta do ar proveniente da boca do paciente. Entretanto, esse teste não é objetivo e tem baixa reprodutibilidade. Para suplantar essa limitação, novos testes têm sido desenvolvidos.



O Halímetro mede o grau de halitose detectando a presença de compostos sulfurados voláteis em ppb (parte por bilhão). O Breath Alert, já comercializado no Brasil, é um método rápido, simples, barato e bastante confiável que detecta em poucos segundos o nível do hálito do indivíduo classificando-o em quatro níveis: 1 a 4, sendo considerado halitose os níveis 3 e 4; o nível 1 é considerado normal e o nível 2 halitose limítrofe. O uso do aparelho consiste em aproximar o sensor da boca entreaberta do paciente por 10 segundos. Após esse tempo, a mensuração é determinada e observada no visor.

DICAS PARA SABER SE VOCÊ PODE TER MAU HÁLITO

1. Fazer um auto-exame na língua, diante de um espelho, para verificar se há saburra lingual, que é uma espécie de massa esbranquiçada ou amarelada, que se deposita na parte de trás (dorso posterior) da língua;



Saburra lingual

2. Perguntar a uma criança (ou alguém de sua confiança, ex: pai, mãe) se ela sente em você algum mau odor bucal (as crianças e os pais geralmente são muito sinceros e não têm vergonha de dizer o que pensam);
3. Consultar um profissional apto a tratar halitose, pois ele tratará a causa e o efeito do problema.

IMPACTOS DA HALITOSE NA VIDA DOS INDIVÍDUOS



A halitose pode ser negativa para a autoimagem do indivíduo, impactando na confiança e causando privação social. Já foi sugerido que a halitose é um sinal relacionado tanto ao status somático quanto emocional, e que distúrbios psicológicos estão fortemente associados à condição, em alguns pacientes. Clinicamente, certas pessoas que se queixam de halitose têm, de fato, o problema. E outras não sofrem desse mal, ainda que se queixem dele. Muitos daqueles que têm halitose imaginária julgaram que tinham a condição baseados nas atitudes de outras pessoas. Aparentemente, certos indivíduos possuem uma condição análoga à síndrome de referência olfatória, que é pertencente ao espectro dos distúrbios de ansiedade social.

TRATAMENTO DA HALITOSE

O sucesso do tratamento da halitose reside na diminuição dos compostos voláteis de enxofre e outras substâncias desagradáveis. Assim, a maior parte dos tratamentos consiste em intervenções mecânicas e químicas no ambiente bucal. As intervenções mecânicas são tipicamente a intensificação da escovação, o uso do fio dental e a raspagem da superfície lingual. Além disso, o tratamento da gengivite ou periodontite no dentista é importante para remoção de tártaros e outros fatores retentivos de placa.



Consultas odontológicas devem ser frequentes, principalmente quando o paciente for portador de várias restaurações, próteses fixas ou adesivas, pois as mesmas podem estar com áreas retentivas de alimentos.



As limitações dos métodos mecânicos para efetivamente alcançar e remover as bactérias produtoras de enxofre são conhecidas. Assim, o uso de enxaguatórios antimicrobianos pode ser eficaz na redução da contagem de bactérias produtoras de halitose na língua, podendo ser prescritos pelo seu dentista.

CONCLUSÃO

Halitose é hoje um fator de exclusão do indivíduo no relacionamento social, por isso procure um profissional especializado se você está sofrendo com esse problema. A halitose tem cura.

Referências Bibliográficas:

1. Albuquerque JAP, et al. A importância do Cirurgião-Dentista na prevenção, diagnóstico e tratamento da halitose. *Odontologia Clín Científ* 2004; 3(3): 169-172.
2. Eldarrat AH. Influence of oral health and lifestyle on oral malodour. *International Dental Journal* 2011; 61: 47-51.
3. Faber J. Halitose. *R Dental Press Ortodon Ortop Facial* 2009; 14(3): 14-15.

Autora:

Dra. Taciana Morum

Analista Judiciária - Odontóloga - STJ

Especialista em Ortodontia

Mestre em Ciências da Saúde