



Sociedade Brasileira de
Geriatria e Gerontologia

RIO DE JANEIRO

Saúde oral

da pessoa idosa

Anelise Fonseca
Alessandra Ferrarese
Almir Oliva



Projeto
Cartilha



Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia

Seção Rio de Janeiro

2022-2025

Anelise Coelho da Fonseca
Presidente

Ivan Abdalla Teixeira
Vice-Presidente

Sandra Rabello de Frias
Presidente Dep. Gerontologia

Michele Lopes Fagundes Nascimento
Secretária Geral

Beatrice Fátima da Silveira Carvalho
Secretária Adjunta

Raphael Cordeiro da Cruz
Tesoureiro

Gustavo de Jesus Monteiro
Diretor Científico

Yolanda Eliza Moreira Boechat
Diretora de Defesa Profissional e Ética

Elizabeth Viana de Freitas
Conselho Consultivo de Geriatria

Silvia Regina Mendes Pereira
Conselho Consultivo de Geriatria

Maria Angélica dos Santos Sanchez
Conselho Consultivo de Gerontologia

Maria Clotilde Barbosa Nunes Maia de Carvalho
Conselho Consultivo de Gerontologia

Introdução:

A saúde oral da pessoa idosa é uma preocupação fundamental para garantir uma boa qualidade de vida. Muitas vezes, a saúde bucal é negligenciada tanto pela própria pessoa idosa quanto pelos profissionais de saúde. No entanto, sintomas como dor, boca seca, halitose, salivação excessiva, lesões orais e dificuldades na alimentação podem indicar a presença de problemas bucais que precisam ser investigados.



É essencial que a pessoa idosa que sempre cuidou da higiene bucal e realizou consultas regulares com o dentista continue a fazê-lo. No entanto, para aqueles que enfrentam doenças como demência, depressão ou outras condições que dificultam a higiene oral, é necessário reforçar a importância da saúde bucal como parte integrante dos cuidados de saúde.

A higiene oral adequada é fator de prevenção. Além disso, o uso de próteses e medicamentos pode causar sintomas que precisam ser investigados e tratados. É importante realizar consultas periódicas ao dentista, pois os idosos tendem a ter problemas relacionados à maior exposição das raízes dentárias, cáries doença periodontal, doença peri implantar e outras condições que requerem tratamento.



Importante lembrar que a higiene oral regular previne infecções e problemas mais graves e deve ser realizada diariamente, preferencialmente após as refeições. Muita atenção a condições desconfortáveis, lesões, odor e até mesmo a perda de apetite, pois esses podem ser sinais de problemas bucais negligenciados. É possível que a dor bucal seja mascarada em alguns casos, por isso é essencial acompanhamento profissional regular e tratamento das condições dentárias que causam lesões contínuas nas mucosas e na língua.

Um ponto crucial é a adaptação adequada das próteses removíveis, sejam parciais ou totais, pois próteses mal adaptadas podem causar problemas, como dificuldades na fala, mastigação, deglutição e úlceras traumáticas. Deve-se avaliar a necessidade de manutenção das próteses, considerando os riscos e benefícios. Além disso, é importante higienizar adequadamente as próteses, pois elas também acumulam biofilme bacteriano e podem formar tártaro.

A higiene oral deve ser mantida mesmo em estágios avançados de doenças. Cuidar adequadamente da saúde bucal é essencial nos cuidados paliativos, permitindo que a boca continue sendo uma via de interação, proporcionando prazer na alimentação, benefícios na comunicação e afeto.



2. Mudanças bucais relacionadas à idade

Conforme envelhecemos, é natural ocorrerem mudanças na boca. É importante estar ciente dessas mudanças e tomar medidas para manter uma boa saúde bucal. Aqui estão algumas informações e dicas para lidar com essas mudanças específicas:

- **Desgaste natural dos dentes e alterações nas gengivas:** Com o passar dos anos, os dentes podem se desgastar devido ao uso contínuo ou alterações na mastigação e bruxismo. As gengivas também podem sofrer alterações, podendo estarem mais retraídas por força na escovação ou trauma oclusal, tornando-se mais finas e sensíveis expondo mais as raízes dentárias.

Dicas: Mantenha uma boa higiene bucal, escovando os dentes com uma escova macia e usando fio dental ou escova interdental diariamente. Use cremes dentais e enxaguantes bucais adequados, sempre com flúor.

- **Diminuição da produção de saliva:** Com a idade, a produção de saliva pode diminuir, levando à sensação de boca seca. O uso regular de algumas medicações tem como sequela a diminuição do fluxo salivar.

Dicas: Mantenha-se hidratado, bebendo água regularmente. Evite alimentos e bebidas que possam contribuir para a secura bucal, como cafeína e álcool. Considere o uso de hidratantes substitutos salivares ou estimulantes salivares recomendados pelo seu dentista.



É importante manter a boca úmida para auxiliar na remoção do biofilme bacteriano, que pode causar cáries e doença periodontal. Caso a salivação esteja alterada, seja por excesso ou redução, é necessário buscar tratamento adequado com a ajuda do dentista e avaliação de um fonoaudiólogo.

3. Saúde bucal e doenças neurodegenerativas

Doenças neurodegenerativas, como as síndromes demenciais e a doença de Parkinson, podem afetar diretamente a saúde bucal. Esses pacientes podem ter dificuldades em realizar a higiene bucal adequada devido a problemas motores e/ou cognitivos.

Nos casos de demência ou quando a pessoa não consegue comunicar de forma clara o que está acontecendo, a presença de desconforto na boca ou dor aguda pode ser expressa por meio de expressões faciais, gemidos e alterações comportamentais, sendo sinais de que uma avaliação odontológica é necessária.

Nesses casos, o papel da enfermagem é fundamental para garantir que a higiene oral seja realizada da melhor forma possível, educando cuidadores, especialmente familiares, sobre a importância desse cuidado.

Algumas orientações:

- Remoção de restos alimentares na boca com gaze úmida. Alguns desses pacientes não conseguem realizar a movimentação da língua nos espaços entre a arcada dentária e a mucosa, aonde os restos alimentares se acumulam após as refeições.
- Uso de escovas de dentes adaptadas, como escovas com cabos longos ou mais espessos. Considerar o uso de escovas elétricas.
- Estabelecimento de rotinas de cuidados orais regulares.
- Utilização de técnicas de lembrar passos simples, como escovar os dentes juntos.
- Usar preferencialmente cremes dentais com flúor sem o detergente “lauril sulfato de sódio”. Esse produto é o responsável por fazer a espuma durante a escovação, que para pacientes com problemas de deglutição ou excesso de saliva pode proporcionar engasgos.
- Uso de produtos de higiene bucal com sabor agradável para aumentar a aceitação.
- Para pacientes com doença de Parkinson, ofereça apoio físico para segurar a escova de dentes, se necessário.

4. O impacto dos medicamentos

O uso de medicamentos é comum entre os idosos devido às comorbidades. Infelizmente, a polifarmácia (uso de 5 ou mais medicamentos) é bastante comum nessa população.

A boca possui um fluxo salivar que desempenha um papel importante na proteção dos dentes, gengivas e mucosas, facilitando a mastigação, a deglutição e até a digestão dos alimentos. Alguns medicamentos podem causar alterações no paladar, úlceras orais e sangramento gengival.

Aqui estão alguns exemplos de impactos dos medicamentos:

- Anticoagulantes e antiagregantes: Sangramento
- Antidepressivos, diuréticos e anti-hipertensivos: Diminuição de fluxo salivar e boca seca.
- Corticoides, anticonvulsivantes: Aumento do risco de doença periodontal.
- É importante informar o seu dentista sobre os medicamentos que você está tomando, principalmente se houver alguma medicação para os ossos, incluindo as vitaminas. O trabalho interdisciplinar entre o médico e o dentista é fundamental.



5. Principais problemas na saúde oral da pessoa idosa

- **Cáries:** A cárie é uma doença multifatorial em que o esmalte dos dentes é corroído por ácidos produzidos pelas bactérias presentes na placa bacteriana. Fatores de risco incluem má higiene bucal, consumo frequente de alimentos açucarados e falta de uso do flúor. Dicas: Escove os dentes pelo menos duas vezes ao dia com creme dental com flúor. Use fio dental ou escovas interdentais diariamente. Evite alimentos açucarados e faça visitas regulares ao dentista. Higienize a língua, pode ser com os raspadores próprios ou a escova dental.

- **Doença periodontal:** É uma doença inflamatória crônica multifatorial que afeta as gengivas e as estruturas ósseas de suporte dos dentes. As gengivas ficam vermelhas, inchadas e sensíveis. Pode haver sangramento espontâneo ou durante a escovação e o uso do fio dental, mau hálito, retração gengival e mobilidade dos dentes. Fatores de risco incluem má higiene bucal, tabagismo, diabetes e histórico familiar.

Dicas: Escove os dentes e use fio dental diariamente. Visite o dentista regularmente para limpezas e exames. Pare de fumar, se você for fumante.

- **Edentulismo (perda de dentes):** Pode ocorrer devido a cárie, doença periodontal, trauma e outros problemas bucais. Essa condição pode afetar a função de mastigatória, fala e autoestima.

- **Câncer bucal:** Pode afetar os lábios, língua, gengivas, bochechas e céu da boca. Os sintomas incluem feridas que não cicatrizam, manchas brancas ou vermelhas, dor persistente, dificuldade de mastigação e fala.



SBG
G    
SBGGRIO