

## Erosão dentária-Diagnóstico muito comum nos adolescentes



### O que é erosão dentária?

A erosão dentária é outra doença que, além da cárie, compromete a saúde bucal. No entanto, até pouco tempo atrás essa alteração não havia despertado o interesse dos clínicos e pesquisadores.

A erosão dentária é um processo progressivo e destrutivo, caracterizado pela perda do tecido duro dos dentes, por ação de ácidos contidos em bebidas e/ou alimentos ou ainda provenientes do próprio organismo.

Resulta na destruição do dente, independentemente da presença de bactérias, podendo causar alterações estéticas e funcionais ou até mesmo dor.

### De que maneira a erosão dentária pode acontecer?

A ingestão de produtos altamente ácidos, tais como refrigerantes, bebidas energéticas e sucos de frutas naturais ou industrializados, é a causa mais freqüente da erosão dentária. Por isso, pode-se dizer que erosão dentária é o problema de saúde bucal da sociedade moderna, decorrente de seus hábitos alimentares.

Saliente-se que a erosão é resultado do contato freqüente do ácido de alimentos e/ou bebidas com a superfície dentária. Assim, para a erosão dentária ocorrer e evoluir, a freqüência de ingestão de produtos ácidos é mais importante do que a sua quantidade. Colocar até mesmo frutas ácidas no cardápio de forma freqüente também não é recomendável.

### Qualquer pessoa pode ter erosão dentária?

A erosão é comum em crianças e adolescentes, podendo acometer adultos. Nas crianças, a erosão surge após a administração freqüente de refrigerantes e/ou sucos de frutas naturais ou industrializados, através da mamadeira (que aumenta o tempo de contato da bebida com o dente) e/ou copo. Nos adolescentes, é resultado da ingestão excessiva de refrigerantes ou bebidas energéticas que, na maioria das vezes, são utilizados para substituir água, com o objetivo de diminuir a sede. Além disso,

esportistas que ingerem excesso de bebidas energéticas (isotônicas) para repor água e eletrólitos perdidos durante as atividades esportivas podem apresentar erosão dentária. É importante ressaltar que essas bebidas, tanto sob a forma normal, diet ou light são altamente ácidas e podem causar erosão dentária.

Além dos indivíduos que têm ingestão inadequada de alimentos e bebidas ácidas, outros grupos apresentam alto risco de desenvolvimento da erosão. Trabalhadores que manuseiam produtos ácidos podem apresentar erosão, pois eles inalam a substância que está no ar. E pessoas que vomitam freqüentemente também podem apresentar dentes com erosão, pois o suco gástrico que volta para a boca é muito ácido. Desta forma, atenção especial deve ser dada ao refluxo gastroesofágico e à anorexia e bulimia nervosas.

### **Quais as precauções para evitar a erosão dentária?**

Como a erosão é causada principalmente pelo contato direto de bebidas ou alimentos ácidos com o dente, a melhor forma de preveni-la é evitar o uso freqüente desses produtos e procurar ingeri-los fazendo uso de “canudinho”. Outro recurso seria a ingestão de produtos ácidos, juntamente com a ingestão de alimentos ricos em cálcio, como o queijo, para neutralizar a acidez. Também é importante encaminhar ao médico os indivíduos que apresentam vômitos freqüentes, para solucionar o problema.

O que se preconiza hoje é retardar a higienização bucal por pelo menos uma hora após a alimentação pois a atividade da flora bacteriana e das enzimas presentes na saliva está elevada no momento imediato a ingestão desses alimentos. Portanto use o fio dental e a escova dentária apenas 1 hora após a alimentação. Prefira também ingerir alimentos doces após o almoço (sobremesa) e nunca entre as refeições.

### **Existe tratamento para erosão dentária?**

O diagnóstico precoce acompanhado do aconselhamento da dieta e o monitoramento ajudam a tratar de forma bem sucedida e prevenir a progressão da erosão dentária. O tratamento restaurador é difícil, oneroso e requer contínuo acompanhamento. Assim, o controle racional do consumo de alimentos com altos índices ácidos será essencial desde a infância.

Portanto a prevenção é um imperativo no combate à erosão ácida dentária, a prevenção deve começar desde cedo com a ida rotineira ao consultório odontológico evitando este e outros males ao qual estamos sujeitos.

Se a erosão dentária apresentar quadros de sensibilidade dentinária há tratamentos complementares indicados: bochechos específicos, aplicações de selantes ou vernizes nas superfícies dos dentes, sessões de aplicações de laser terapêutico no colo dos dentes sensíveis.

Fonte:

Thais Marchini Oliveira  
Doutoranda em Odontologia, Área de Odontopediatria, pela Faculdade de Odontologia de Bauru/ USP.

Daniela Rios  
Professora Doutora do Departamento de Odontopediatria do Centro Universitário de Maringá – Cesumar.

Maria Aparecida de Andrade Moreira Machado  
Professora Associada do Departamento de Odontopediatria, Ortodontia e Saúde Coletiva da Faculdade de Odontologia de Bauru/USP.

