

# SORRISO: Perda dos dentes afeta mais de 36 milhões de pessoas



Segundo levantamento realizado em 2023 pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 36,6 milhões de brasileiros com mais de 18 anos perderam 13 dentes ou mais, e 16 milhões de pessoas perderam toda a dentição. A pesquisa apontou ainda que apenas 88 mil pessoas consultaram um dentista nos 12 meses anteriores à pesquisa.

O problema da ausência dental pode atingir pessoas de todas as idades e as principais causas são: má higiene bucal, periodontite, cárie não tratada a tempo, excesso de açúcar, consumo exagerado de álcool, doenças e acidentes, dificuldade de acesso a tratamentos e fatores de risco como o hábito de fumar, descuido com a gengiva, uso dos dentes como ferramenta para atividades como abrir tampas, quebrar nozes e soltar nó, bruxismo, problemas de saúde como diabetes e artrite reumatoide, idade avançada e histórico familiar.

*“Perder um ou mais dentes deixa um espaço vazio na boca e obriga os dentes vizinhos a se adaptar à falta de apoio, causando um desequilíbrio na mastigação. Com isso, os alimentos não são devidamente triturados, sendo engolidos em pedaços maiores”, explica o Dr. Alexandre Ravani, dentista e CEO da PróRir, rede de clínicas odontológicas. “Além de contribuir para o sobrepeso, causa uma sobrecarga no estômago e intestino, provocando uma sensação de má digestão, já que o processo digestivo começa na boca”, completa.*

Para prevenir uma eventual perda de dentes é fundamental uma escovação frequente e eficiente, pelo menos três vezes ao dia. A língua também deve ser incluída, assim como o uso de fio dental. Prefira creme dental à base de flúor e fique atento se há sangramento da gengiva, se houver, procure imediatamente um dentista.

*“É importante compreender que a saúde bucal vai além dos cuidados diários. Visitas periódicas ao cirurgião-dentista a cada seis meses são essenciais para uma avaliação profissional abrangente, detectando precocemente problemas e prevenindo complicações futuras. Além da escovação e uso do fio dental, é preciso adotar hábitos que promovam a saúde dos dentes, como beber bastante água para estimular a produção de saliva, e também evitar roer unhas e usar palitos de dente. Com uma boa higiene bucal e hábitos alimentares saudáveis, é possível prevenir problemas e manter os dentes sadios ao longo da vida”, finaliza Ravani.*

Foto: Divulgação