

A importância da Saúde Oral num Desportista

Os atletas de competição pelo nº de horas treino, pelo stress a que estão sujeitos, pelas posturas mandibulares e exercício muscular que adquirem nos treinos/competições e pelos hábitos alimentares que adquirem, apresentam uma susceptibilidade aumentada para determinadas patologias orais.

O desporto, independentemente do escalão e do grau de intensidade que é praticado, envolve níveis de stress quer do ponto de vista psicológico como fisiológico que tem repercussões a nível da cavidade oral e estruturas adjacentes e conseqüentemente no nível de performance do atleta. Actualmente, o atleta é visto num sentido global, sendo tratado por áreas multidisciplinares de saúde, de modo a que antes de qualquer competição o atleta se encontre num nível óptimo de preparação, quer a nível físico quer mental.

A forma como os atletas lidam com as suas emoções, os seus comportamentos e a sua saúde geral determina a diferença entre os sucessos ou fracassos competitivos.

Hoje em dia o grau de conhecimento sobre teoria e metodologia do treino desportivo é vasta, bem como a investigação das diferentes áreas médicas, nomeadamente dentária e estruturas adjacentes, extensamente estudadas que confirmam a associação entre ambos.

Ao exigir do organismo grandes esforços físicos/psíquicos torna-se imprescindível a intervenção de uma equipa médica multidisciplinar. Atendendo aos problemas específicos na área da medicina dentária que advêm da prática desportiva, esta equipa deverá também incluir um médico dentista, nomeadamente no diagnóstico e tratamento dos seguintes problemas:

- Erosão dentária /sensibilidade dentária decorrido da ingestão de bebidas desportivas;
- Cárie dentária decorrida devido a alimentação rica em hidratos de carbono;
- Erosão dentária e distúrbios alimentares (anorexia, bulimia, diuréticos, laxantes);
- Postura mandibular e força muscular incorrectos decorridos das diferentes posições adoptadas na prática desportiva;
- Bruxismo (ranger os dentes) decorrido do stress desportivo físico e psicológico;

- Desmineralização dentária (enfraquecimento do esmalte) por diminuição do fluxo salivar e desidratação oral associados com o exercício físico;
- Aumento da contagem de Bactérias cariogénicas associadas com o exercício físico;
- Doença periodontal (gengivas e osso) e diminuição da imunidade relacionado com o desporto de alta competição;
- Concentrações de imunoglobulinas e de cortisol salivar alterados relacionados com o exercício físico;
- Doença periodontal e stress relacionado com o desporto de alta de competição;
- Fracturas ósseas/dentárias relacionadas com impacto durante a prática desportiva.

Assim sendo, sabendo-se que a saúde oral pode comprometer a performance do atleta é imperativo efectuar o diagnóstico precoce e tratamento das situações de patologia oral, promovendo a saúde e a prevenção de doença oral.

Dr^a Joanna A. Quintal

Bibliografia

- 1.4.1.1 [Intensive swimming: can it affect your patients' smiles?](#) Rose KJ, Carey CM. J Am Dent Assoc. 1995 Oct;126(10):1402-6
- [A study of dental staining among competitive swimmers.](#) Escartin JL, Arnedo A, Pinto V, Vela MJ. Community Dent Oral Epidemiol. 2000 Feb;28(1):10-7.
- [Rapid and severe tooth erosion from swimming in an improperly chlorinated pool: case report.](#) Dawes C, Boroditsky CL.
- [Saliva cortisol, physical exercise and training: influences of swimming and handball on cortisol concentrations in women.](#) J Can Dent Assoc. 2008 May;74(4):359-61
- [Reduction of saliva immunoglobulin levels by swim training.](#) Tharp GD, Barnes MW. Eur J Appl Physiol Occup Physiol. 1990;60(1):61-4.
- [Sports dentistry: buccal and salivary profile of a female soccer team.](#) de Sant'Anna GR, Simionato MR, Suzuki ME. Quintessence Int. 2004 Sep;35(8):649-52
- [Mucosal immunity, respiratory illness, and competitive performance in elite swimmers.](#) Pyne DB, McDonald WA, Gleeson M, Flanagan A, Clancy RL, Fricker PA. Med Sci Sports Exerc. 2001 Mar;33(3):348-53.
- [Salivary IgA levels and infection risk in elite swimmers.](#) Gleeson M, McDonald WA, Pyne DB, Cripps AW, Francis JL, Fricker PA, Clancy RL. Med Sci Sports Exerc. 1999 Jan;31(1):67-73
- Sports dentistry and dental traumatology . Dent Traumatol. [Ranalli DN](#). 2002 Oct;18(5):231-6.
- Dentistry and sport. Meeting the needs of our patients. J Am Dent Assoc. 1996 Jun;127(6):809-18.
- [Genco RJ, Ho AW, Grossi SG, Dunford RG, Tedesco LA.](#) Relationship of stress, distress and inadequate coping behaviors to periodontal disease. J Periodontol. 1999 Jul;70(7):711-23.
- [Gelb H, Mehta NR, Forgione AG.](#) The relationship between jaw posture and muscular strength in sports dentistry: a reappraisal. Cranio. 1996 Oct;14(4):320-5.
- [Coombes JS.](#) Sports drinks and dental erosion. Am J Dent. 2005 Apr;18(2):101-4.
[Ranalli DN, Rye LA.](#) Oral health issues for women athletes. Dent Clin North Am. 2001 Jul;45(3):523-39, vi-vii.
- Rapid and Severe Tooth Erosion from Swimming .An Improperly Chlorinated Pool: Case Report JCDA May 2008, Vol. 74, No. 4
- Sports drinks hazard to teeth. Br j sports med 1997; 31:28-30.