**A RELAÇÃO ENTRE A SAUDE BUCAL E A DEFICIENCIA NUTRICIONAL EM IDOSOS – REVISÃO DE LITERATURA**

**Ana Victoria Cordeiro de Souza**

Discente- Centro Universitário Fametro – Unifametro

anavitoriacs@hotmail.com.br

**Camila Gomes Pereira**

Discente- Centro Universitário Fametro – Unifametro

camilagomesp99@outlook.com

**Francisca Vanessa Barros da Silva**

Discente- Centro Universitário Fametro – Unifametro

vanessasilva1313@gmail.com

**Sinara Rebeca Sá Moura**

Discente- Centro Universitário Fametro – Unifametro

Sinararebeca75@gmail.com

**Karla Geovanna Ribeiro Brígido**

Docente - Centro Universitário Fametro–Unifametro

karla.brigido@professor.unifametro.edu.br

**Jandenilson Alves Brígido**

Docente-Centro Universitário Fametro – Unifametro

jandenilson.brigido@professor.unifametro.edu.br

**Área Temática:** Processo de Cuidar

**Encontro Científico:** VIII Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

**RESUMO**

**Introdução:** O Brasil possui uma população idosa que está crescendo rapidamente, e com isso, os problemas odontológicos que podem influenciar na qualidade de vida e no bem-estar dessas pessoas começam a surgir. O edentulismo e outros fatores se mostram preditores de alterações no perfil nutricional dos idosos gerando sérias consequências na absorção de nutrientes. **Objetivo:** revisar na literatura as consequências e a importância da saúde bucal e deficiência de nutrientes em idosos. **Métodos:** Foram utilizados artigos científicos, a partir de um levantamento bibliográfico entre os anos de 2009 a 2020. A revisão bibliográfica foi realizada através de base de dados online dos sites *Pubmed* e *Scielo.* **Resultados:** Foram selecionados 05 artigos para serem analisados e foi constatado que os idosos que são edêntulos, que fazem uso de próteses e/ou mal adaptadas possuem índices de desnutrição por preferirem se alimentar de alimentos mais moles e pastosos pobre em proteínas, vitaminas e minerais e também por não conseguirem ter uma boa mastigação e deglutição interferindo na absorção de nutrientes pelo sistema digestivo. **Considerações finais:** Constatou-se que a saúde oral do idoso e nutrição tem uma relação direta quando ele não teve um cuidado, orientação ou recursos para cuidar da condição oral, acarretando perdas dentárias e uma mastigação deficiente. É necessário que o cirurgião-dentista tenha um papel durante toda a vida da pessoa com o objetivo de prevenir, promover e tratar a condição bucal do paciente para que ele consiga ter uma alimentação completa sem afetar o seu estado nutricional.

**Palavras-chave:** Envelhecimento; Nutrição do idoso; Qualidade de vida; saúde oral

**INTRODUÇÃO**

O envelhecimento é um processo natural e fisiológico do ser humano, e pode ser desenvolvido de diversas maneiras dependendo desde a genética até dos hábitos que são adquiridos ao longo da vida. Com o aumento da expectativa de vida nos últimos anos, é preciso que os profissionais fiquem atentos as mudanças fisiológicas que podem afetar a alimentação e os hábitos de higiene oral, como a diminuição da sensibilidade para os gostos primários, a perda parcial ou total dos elementos dentários, a desaceleração do metabolismo e a presença de doenças crônicas com consequente utilização de múltiplos medicamentos (TRAMONTINOet al., 2009).

Um dos fatores que indicam uma boa qualidade de vida do idoso em sua saúde geral é a ingestão e absorção de nutrientes por completo. Para que isso seja possível, é necessário que ele consiga fazer a mastigação corretamente do alimento por meio dos dentes naturais ou próteses dentárias bem adaptadas. Em condições desfavoráveis, quando o idoso não tem os elementos dentários, não faz uso de prótese ou a prótese está mal adaptada o alimento não é triturado corretamente ocasionando uma alteração nos hábitos alimentares aumentando os problemas digestivos decorrente de uma má ingestão do bolo alimentar (CARDOSO E BUJES, 2010).

Apesar da prótese dentária ser uma boa opção para os idosos que possuem edentulismo, ela não consegue assumir totalmente a função dos dentes naturais levando a um déficit da mastigação. Devido à dificuldade de mastigar alimentos mais sólidos e fibrosos, os idosos acabam optando por se alimentar de alimentos mais moles e pastosos que são geralmente pobres em proteínas e ricos em carboidratos. Além da dificuldade de mastigação e deglutição do bolo alimentar, a capacidade muscular é afetada perdendo mobilidade, força e autopercepção, diminuição gustativa pela língua, xerostomia e alterações na mucosa causadas por próteses mal adaptadas (RECH et al., 2018).

 A xerostomia em idosos está relacionada a fatores secundários que alteram a produção de saliva como o edentulismo total ou parcial, uso de próteses dentárias, distúrbios nutricionais, tonicidade muscular, irradiação da região de cabeça e pescoço ( podendo afetar as glândulas salivares), doenças sistêmicas e o uso de medicamentos que tem como efeito colateral a diminuição do fluxo salivar. Com a redução de saliva surge a dificuldade de mastigar e deglutir o bolo alimentar, assim o alimento não é triturado e deglutido corretamente contribuindo para a deficiência de absorção e digestão dos alimentos (COSTA et al., 2015).

A saúde oral dos idosos e o perfil nutricional estão diretamente ligados, quando o idoso não teve o cuidado com a higiene oral na sua juventude isso acaba acarretando perdas dentárias e edentulismo. Diante disso, a mastigação fica deficiente afetando a deglutição e absorção de nutrientes levando a um declínio nutricional do idoso. (SANTOS E DELANI, 2015). Por isso, a necessidade de cuidados e conscientização da importância de manter uma boa saúde oral e caso o paciente use prótese dentária de mantê-la bem adaptada. Com isso, este trabalho teve como objetivo revisar na literatura as consequências e a importância da saúde bucal e deficiência de nutrientes em idosos.

**METODOLOGIA**

O presente trabalho consiste em uma revisão de literatura de artigos científicos, realizada a partir de um levantamento bibliográfico entre os anos de 2009 a 2020. A revisão bibliográfica foi realizada através de uma busca de informações nos bancos de dados online dos sites *Pubmed* e *Scielo.*

Para a realização de busca de artigos na internet foram utilizados os descritores: Envelhecimento; Nutrição do idoso; Qualidade de vida; saúde oral. O idioma pesquisado foi o da Língua portuguesa e inglesa. Alguns critérios de inclusão foram utilizados como país (Brasil), datas de publicação, estudos com espécies humanas, artigos que tivessem relação com o tema. Critérios de exclusão foram artigos que fossem dissertações ou teses, estudos com espécies de animais, artigos que não tivessem relação com o tema e/ou fossem repetidos.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Foram selecionados 5 artigos com base nos critérios de inclusão e exclusão para desenvolvimento e evidenciação de fatos da comprovação dos objetivos da pesquisa.

Com o envelhecimento da população os problemas causados pelos maus hábitos de higiene oral são ressaltados nos idosos. Evidenciam-se que com a perda de dentes precoce devido aos cuidados precários durante a vida, os idosos são acometidos a alterações de função com a dificuldade de mastigação, deglutição, fonética e dificuldade de absorção de nutrientes. A relação dos idosos com a saúde oral também pode afetar a saúde sistêmica, com o estado nutricional debilitado devido as consequências das condições bucais algumas doenças sistêmicas podem ser desenvolvidas como câncer, doença cardiovascular, diabete, infecção, acidente vascular cerebral e demência, patologias que são mais prevalentes em idosos do que na população em geral (MOURA et al., 2016).

Mesas et al. (2010) realizaram um estudo transversal, no qual foram obtidos dados de 267 idosos (160 mulheres e 107 homens) com idade entre 60 e 74 anos por meio de censo em área de cobertura de uma Equipe do Programa Saúde da Família de Londrina, Brasil. O déficit nutricional foi percebido em 58 idosos (21,7%), essa alteração foi associada a menor classe econômica, o tabagismo, a depressão e o maior consumo de medicamentos. O levantamento da condição bucal dos idosos mostrou uma média de 8 dentes presentes na boca, 43,1% eram desdentados totais e 27% sem oclusão posterior. A prevalência de baixo fluxo salivar foi de 35,6%. Foi observado neste estudo que a má condição bucal foi associada ao déficit nutricional nos idosos, sendo assim necessário uma promoção de saúde interligada entre a odontologia e nutrição para os idosos, com ênfase na prevenção das perdas dentárias e na reabilitação da oclusão posterior, para que não haja dificuldade do idoso em ingerir uma dieta correta.

Mourão et al. (2016), fizeram um estudo que abordava os problemas que o envelhecimento poderia proporcionar na deglutição. A amostra foi composta por 507 idosos com média de 72 anos de idade, em relação à saúde bucal, 358 (70,6%) idosos relataram utilizar dentadura, 272 (53,6%) relataram presença de dentes, 235 (46,4%) referiram não ter dentes e 227 (44,8%) relataram boca seca nas últimas quatro semanas. A prevalência geral da alteração de deglutição referida foi de 35,9%, ou seja, 182 participantes referiram, ao menos, uma das alterações investigadas. Sensação de alimento parado (16%, 81 participantes) e engasgo ao se alimentar ou ingerir líquido (14,4%, 73 participantes) foram as alterações mais relatadas. Com isso, um dos fatores mais citados relacionados a dificuldade de deglutição foi a sensação de boca seca devido ao baixo fluxo salivar (xerostomia). A saliva é de extrema importância para a adequada coesão do bolo alimentar, a alteração desse fluxo pode trazer diversos problemas como aumentar a retenção de alimento no trato faríngeo e a proliferação de bactérias, sendo fator predisposto para pneumonia aspirativa e para modificação nutricional do idoso, devido a escolha de alimentos mais moles e pobres em vitaminas.

Andrade et al. (2011) implementaram um estudo transversal com 887 idosos não institucionalizados da cidade de Vitória, Espírito Santo, Brasil. O exame bucal foi realizado com três medidas: número de pares de dentes naturais oclusores posteriores (POP), número de dentes e estado dentário geral. A ingestão de nutrientes foi avaliada por meio de uma entrevista de recordatório alimentar de 24 horas. De acordo com os resultados, a ingestão inadequada de nutrientes foi alta (acima de 80% para a maioria dos nutrientes), o número de pares de dentes com oclusão posterior foi o melhor preditor de saúde bucal para a inadequação da ingestão de nutrientes. Ademais, foi constatado que os idosos que não possuíam o POP eram mais susceptíveis a ter uma ingestão inadequada de vitamina C.

Gomes et al. (2016) executaram um estudo transversal para identificarem os fatores que estão associados a baixa qualidade da dieta de idosos de Pelotas, RS. Foram constatados diversos fatores que atrapalhavam a qualidade de alimentação dos idosos, os grupos mais acometidos foram o sexo masculino, com baixa escolaridade, dificuldade financeira para comprar alimentos, baixo peso, saúde oral precária. Diante disso, problemas que envolviam a saúde bucal como edentulismo, uso de prótese dentárias mal ajustadas e xerostomia foram relatados como prejudiciais na hora da mastigação e deglutição dos alimentos, fazendo eles optarem por não ingerir carnes, frutas e vegetais crus, que são de extrema importância à saúde, podendo levar a um aporte inadequado de proteínas, fibras, vitaminas e minerais causando uma desnutrição e baixa qualidade de vida.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com base nas análises dos artigos, conclui-se que o envelhecimento é um processo natural e que o organismo sofre diversas alterações e o idoso tem que estar preparado e orientado das condutas que deve seguir. O idoso deve ser orientado pelo cirurgião dentista de todos os possíveis problemas que a perda dentária, uso de medicamentos, uso de próteses mal adaptadas podem causar na mastigação e deglutição afetando a sua absorção e ingestão de alimentos. Os cuidados com os idosos devem ter envolvimento de multiprofissionais na prevenção, promoção e tratamento da saúde oral e da geral para promover aos idosos uma qualidade de vida.

**REFERÊNCIAS**

ANDRADE, F. B. D.; JUNIOR, A. D. F. C.; KITOKO, P. M.; ZANDONADE, E. The relationship between nutrient intake, dental status and family cohesion among older Brazilians. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 1, p. 113-122, 2011.

CARDOSO, M. C. A. F.; BUJES, R. V. A saúde e as funções da mastigação e deglutição dos idosos. **Estud. interdiscipl. envelhec.,** Porto Alegre, v. 15, n. 1, p. 53-67, 2010.

COSTA, A. M. D.; FONSECA, E. P. D.; FONSECA, D. A.V. D.; SOUSA, M. D. L. R. D. Distribuição espacial da xerostomia e índice de exclusão social de idosos de Piracicaba, SP. **Arq Odontol**, Belo Horizonte, v. 51, n. 1, p. 39-46, 2015.

GOMES, A. P.; SOARES, A. L. G.; GONÇALVES, H. Baixa qualidade da dieta de idosos: estudo de base populacional no sul do Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 11, p. 3417-3428, 2016.

MESAS, A. E.; ANDRADE, S. M. D.; CABRERA, M. A. S.; BUENO, V. L. R. D. C. Saúde bucal e déficit nutricional em idosos não institucionalizados em Londrina, Paraná, Brasil. **Rev. bras. Epidemiol,** São Paulo, v. 13, n. 3, 2010.

MOURA, S. M. S.; LEITE, C. M. D. C.; ROCHA, A. M. C. D.; COSTA, M. D. A. B.; OLIVEIRA, I. M. D.; CARDOSO, J. D. C.; JUNIOR, A. M. C. Relação entre nutrição de idosos e dentição: Revisão de Literatura. **Jornal Interdisciplinar de Biociências,** v. 1, n. 1, 2016.

MOURÃO, L. F.; XAVIER, D. A. N.; NERI, A. L.; LUCHESI, K. F. Estudo da associação entre doenças crônicas naturais do envelhecimento e alterações da deglutição referidas por idosos da comunidade. **Audiol. Commun. Res.**, São Paulo, v. 21, 2016.

RECH, R. S.; GOULART, B. N. G. D.; BAUMGARTER, A.; HILGERT, J. B. Deglutição no envelhecimento e a odontologia. **RFO,** Passo Fundo, v. 23, n. 1, p. 77-83, 2018.

SANTOS, T. F. D.; DELANI, T. C. D. O. Impacto da deficiência nutricional na saúde de idosos. **Revista UNINGÁ.** v .21, n. 1, p. 50-54, 2015.

TRAMONTINO, V. S.; NUÑEZ, J. M. C.; TAKAHASHI, J. M. F. K.; DAROZ, C. B. D. S.; BARBOSA, C. M. R. Nutrição para idosos. **Revista de Odontologia da Universidade Cidade de São Paulo.** São Paulo, 2009.