

MINHA SAÚDE

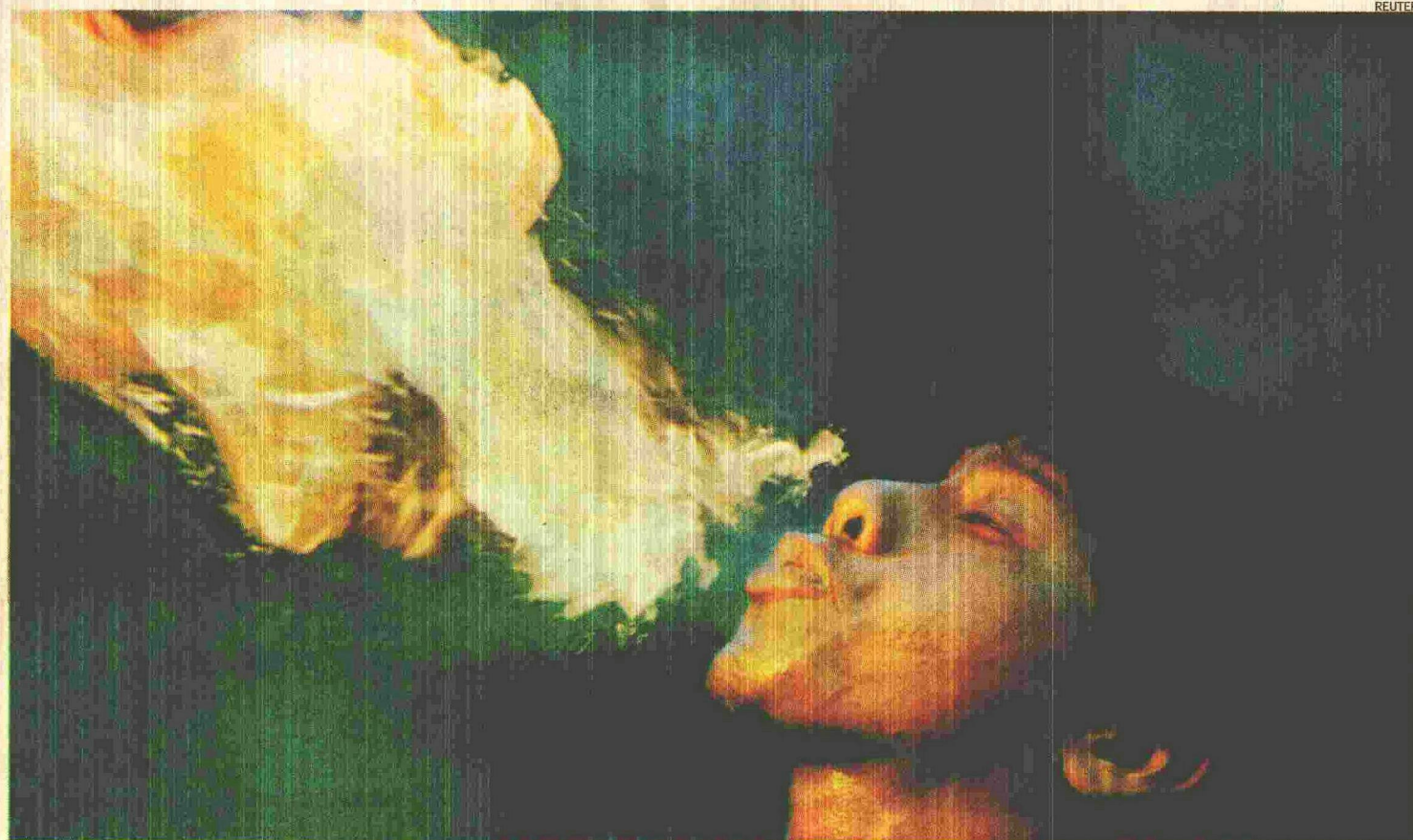
Esse é o meu amigo João Bafo-de-Onça

O mau hálito tem mais de 50 causas e, ao contrário do que se pensa, pode ser eliminado pela raiz. Por **Tatiana Pronin**, de São Paulo

"Nós da Halitus — Centro de Tratamento dos Odores Bucais, recentemente recebemos uma mensagem de alguém muito próximo de você que, sabendo de nossa experiência em ajudar pessoas que possuem mau hálito, solicitou que entrássemos em contato". Quem um dia receber um e-mail ou uma carta com os dizeres acima deve tomar cuidado. Ou destinatário é um amigo que adora fazer brincadeiras, ou você sofre mau hálito, distúrbio comum a 35% dos brasileiros. Para a segunda opção, felizmente, existe solução.

Enviar a carta, sem indicar o autor do pedido, foi a saída encontrada pela clínica Halitus — criada especialmente para combater o problema — para fazer com que as pessoas evitem o constrangimento que é alertar alguém sobre seu odor bucal. Pode parecer uma punhalada nas costas ou uma grande deslealdade, mas tomar uma atitude como essa pode ser nobre. Isso porque o organismo possui um sistema de defesa que faz com que as células olfativas se adaptem aos cheiros constantes. Quem tem mau hálito, portanto, quase nunca tem consciência desse terrível mal. "Atendemos pessoas que já perderam a namorada ou que nem conseguiam emprego por causa do hálito", afirma o odontologista Maurício Duarte da Conceição, dono da clínica e fundador da Associação Brasileira de Estudos e Pesquisas dos Odores da Boca.

As pessoas que sabem sofrer de



Cerca de 90% das causas do mau hálito tem origem na boca. A diminuição do fluxo salivar constitui um dos grandes vilões do odor bucal.

halitose costumam ser aficionados por enxaguatórios bucais, chicles e balas. Os recursos ajudam, mas são paliativos. Com exceção das soluções anti-sépticas com álcool, que só pioram o quadro por desidratarem a boca.

De acordo com Maurício, o mau hálito em si não é um distúrbio, mas o indício de que algo

não vai bem. Há mais de 50 causas diferentes para o problema, mas a grande maioria (90%) tem origem na própria boca. O único desconforto é que os pacientes que se submetem ao tratamento devem escolher um amigo que sirva de parâmetro durante o processo. Várias vezes ao dia, ou conforme orientação odontoló-

gica, o paciente tem que dar uma bafurada na cara do amigo e a vítima deve informar se a situação melhorou ou não.

Muita gente nem desconfia que a diminuição do fluxo salivar (xerostomia) — causada por ansiedade, estresse, antidepressivos e outros remédios — constitui um dos grandes vilões do odor bucal. Com

pouca saliva, a parte interna da boca sofre mais descamação. Essas partículas se alojam na língua que, por ser quente e úmida, transforma-se no paraíso das bactérias.

O estresse ainda tem dois agravantes: o antiperistaltismo (sensação de que a comida está "voltando") e a hipoglicemia (falta de açúcar no sangue), causados pelo ex-

cesso de adrenalina no sangue. Ambos causam mau hálito. A decoradora M.C.D. foi uma das vítimas do mau hálito resultante do estresse. "Ainda não estou curada, mas já senti diferença só com as primeiras recomendações", conta. A "lição de casa" sugerida pela clínica foi que ela aumentasse a ingestão de água para doze copos diários, além de limpar a língua após a escovação. Quem sente náusea ao esfregar a escova deve optar pelos limpadores disponíveis no mercado.

Diagnosticada a falta de saliva (a clínica dispõe de um medidor e de um equipamento que mede o grau de halitose), o profissional também pode indicar o uso de uma cápsula de silicone (que ajuda na salivação). A boa escovação e o uso do fio dental também são fundamentais, já que a placa bacteriana é outra importante causa do problema. Bebidas alcoólicas, frituras, alho e cebola também podem causar alterações no aroma bucal, mas se o indivíduo tiver alguma disfunção hepática o problema se intensifica.

Nesses casos, Maurício recomenda a ingestão de cápsulas específicas para mau hálito vendidas em farmácias após a refeição. E atenção: todo mundo tem mau hálito ao acordar, devido ao período em jejum. Se após o café da manhã e a escovação o odor não melhorar, aí sim é hora de procurar a clínica.

Halitus - (11) 5575-2192 -
www.halitus.com.br