

**MASTIGAÇÃO E NUTRIÇÃO NA POPULAÇÃO IDOSA****ELDERLY'S CHEWING AND NUTRITION**Julia Ribas Cesar DURSKI<sup>1</sup>Cristiane Zattar CESCYN<sup>2</sup>Sergio Herrero MORAES<sup>3</sup>Gabriela Fracasso MORAES<sup>4</sup>

---

**RESUMO**

O envelhecimento é um processo caracterizado por alterações fisiológicas, bioquímicas e psicológicas que levam a uma diminuição da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente. Estas modificações e fatores, como por exemplo, alterações no sistema estomatognático devem ser passíveis de avaliação devido aos transtornos que ocasionam no estado de nutrição e fonação do paciente idoso. Os efeitos da alimentação inadequada, tanto por excesso como por déficit de nutrientes, acarretam danos que podem ser observados em virtude da redução da capacidade de mastigação, digestão e absorção dos nutrientes. Nesse contexto, está cada vez mais claro que se devem compreender as mudanças que ocorrem no envelhecimento e os demais fatores que afetam o consumo alimentar do indivíduo idoso, para que assim seja possível intervir adequadamente no seu hábito alimentar proporcionando a ele a possibilidade de ingestão de uma alimentação adequada nos seus aspectos dietéticos e nutritivos, proporcionando consequentemente uma melhor qualidade de vida.

---

**PALAVRAS CHAVE:** Sistema Estomatognático, Idoso, Nutrição.

---

**ABSTRACT**

The aging is a process characterized by physiological changes, biochemical and psychological leading to a reduced capacity to adapt to the environment of the individual. Upon the occurrence of these changes, factors such as changes in the stomatognathic system should be subject to an assessment due to disorders that cause the state of nutrition of elderly patients. Because the effects of inadequate nutrition, either by deficit as by excess of nutrients, entailing losses that can be observed as a result of reduced ability to chew, digestion and absorption of nutrients as well as the inefficient functioning of various organs and systems that make up the body. In this context, it is increasingly clear that it is necessary understand the changes that occur in aging and other factors that affect food intake of elderly individuals, so that it is possible to intervene appropriately in the factors that affect appetite and change the eating habits in aging, giving these patients the possibility of intake of adequate food in their dietary and nutritional aspects, and therefore, a better quality of life.

---

**KEYWORDS:** Keywords: Stomatognathic System; Elderly; Nutrition.

---

<sup>1</sup> Mestre em Estomatologia. Especialista em Periodontia. Prof.<sup>a</sup> da disciplina Semiologia e diagnóstico da Faculdade HERRERO.

<sup>2</sup>Especialista em Odontogeriatrica, Prof<sup>a</sup> da Especialização em Odontogeriatrica da Faculdade HERRERO.

<sup>3</sup> Mestre e doutor em Endodontia. Prof., da disciplina de Endodontia da Faculdade HERRERO.

<sup>4</sup>Especialista em Periodontia. Prof.<sup>a</sup> da disciplina de Periodontia da Faculdade HERRERO.

---

## 1. INTRODUÇÃO

A longevidade é uma das conquistas do século XX. A população de idosos aumenta em números relativos e absolutos criando um quadro de transição demográfica mundial. De acordo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (1997) o crescimento da população de idosos, em números absolutos e relativos, é um fenômeno mundial e está ocorrendo em um nível sem precedentes, devido à melhoria na qualidade de vida, somado ao avanço da ciência e tecnologia aplicadas na área da saúde.

No Brasil, as projeções estatísticas do IBGE indicam que, entre 1950 e 2025, a quantidade de idosos aumentará 16 vezes contra cinco vezes da população total. Odontogeriatrics é o ramo da odontologia que enfatiza o cuidado bucal da população idosa, especificamente participando da promoção do envelhecimento saudável, através de procedimentos preventivos, curativos e paliativos (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 1997).

## 2. IMPORTÂNCIA DA MASTIGAÇÃO PARA A NUTRIÇÃO DOS IDOSOS

A saúde bucal é considerada um componente essencial da saúde geral e bem estar do ser humano. Um dos fatores da diminuição da saúde geral entre os idosos está relacionado com a ingestão de bons nutrientes que geralmente exigem a presença de dentes naturais sadios ou próteses dentárias bem adaptadas. Quando as próteses não são eficientes os idosos acabam por mudar hábitos alimentares, tendo como consequência a depauperação orgânica com aumento dos problemas digestivos. A mudança para uma dieta mais pastosa, muitas vezes com pouca proteína, porém com mais facilidade de deglutição, pode agravar o estado nutricional do idoso (BRUNETTI, MONTENEGRO, MARCHINI; 2013).

Desta forma a mastigação e a nutrição estabelecem uma relação de interdependência complementar, pois da mesma forma que a falta de dentes irá levar a uma mastigação comprometida e muitas vezes com declínio da qualidade nutricional, esse declínio nutricional irá levar a problemas bucais e a perda de mais dentes, formando assim um círculo vicioso e altamente prejudicial a saúde geral do idoso (BRUNETTI, MONTENEGRO, MANETTA; 1998).

A literatura relata que 15% dos pacientes idosos no Brasil são desnutridos, os fatores que contribuem para esta desnutrição são as modificações próprias do envelhecimento, doenças sistêmicas, problemas de mastigação e deglutição, uso de medicamentos e a situação socioeconômica (GONÇALVES, 1997).

A perda dos dentes naturais pode ser compensada com a colocação de prótese sobre implantes funcionais.

Também tem sido do domínio da classe, desde os anos 80, o crescente uso do conceito de arco dentário encurtado, onde se repõe do segundo pré-molar de um arco a segundo pré-molar do lado oposto, já que desta forma, podemos conseguir manter a dimensão vertical de oclusão, bem como as proteções entre dentes anteriores e posteriores, além da inevitável manutenção da função mastigatória.

Brunetti *et al.* (1998) afirmam da importância dos dentes para o preparo do bolo alimentar, especialmente em idosos (para facilitar a ingestão e digestão), mas todos são

concordes que é preciso sempre ouvir o paciente e depois adequar seus anseios dentro do que é possível cientificamente, já que procuramos melhorar sua qualidade de vida, pois ter dentes, em um sentido estético, é estar integrado familiar e socialmente, tornando seus últimos anos de vida uma jornada bem mais agradável e recompensante.

Quanto ao uso de aparelhos estéticos, deve-se considerar um novo enfoque para suas indicações na 3ª idade. É de triste memória que até bem pouco tempo atrás, que o idoso possuidor de gengivas inflamadas, vários dentes com mobilidade, ausências dentárias, dentes versionados que promoviam más oclusões e pacientes sem preocupação. O tempo provou isto como um grande engano: a reabsorção óssea é inexorável (BRUNETTI; MONTENEGRO; MANETTA, 1989) e ainda aumentada pelo não retorno periódico do paciente, que levava às próteses cada dia mais mal adaptadas e que só aumentavam a reabsorção óssea, ao invés de preveni-la. Este indivíduo, ao chegar à terceira idade, não terá, certamente, condições anatomofuncionais de receber uma prótese total com boa adaptação e funcionalidade. O advento de novos conhecimentos para a utilização de *overdentures* (sobre dentaduras) naqueles pacientes que lutam pela preservação de poucos dentes permitiu, que usando implantes ósseo integrados preservássemos bons volumes de osso alveolar por um período de tempo maior gerando menos problemas aos pacientes idosos (KAMEN, 1997).

### 3. CONCLUSÃO

Os resultados de uma vida saudável ou de excessos são colhidos na velhice. A qualidade do envelhecimento é resultado do estilo de vida pelo qual o indivíduo optou, sendo os hábitos alimentares responsáveis por grande parte da qualidade dessa etapa vivida. A alimentação adequada pode levar a uma velhice saudável, com maior capacidade funcional e menos incidência de doenças. Dessa forma, o acompanhamento da alimentação por profissionais da saúde, através da identificação de possíveis riscos ou de erros alimentares já instalados e a conseqüente orientação para uma nutrição adequada, adaptada as condições de cada idoso devem ser constantes, para que a vida longa desejada por todos seja prazerosa e não onerosa.

### REFERÊNCIAS

1. BRUNETTI, R. F.; MONTENEGRO, F. L. B., MARCHINI, L. Odontogeriatrics: Uma visão gerontológica: Elsevier- 2013.
2. BRUNETTI, R. F.; MONTENEGRO, F. L. B.; MANETTA, C. E. Funções do sistema mastigatório, Atual. Geriatr. v. 3, n. 16, p. 6-9, Abr. 1998
3. GONÇALVES, F. S. S. Odontogeriatrics, uma necessidade na 3ª idade, Dissertação – Especialização, UFSC, 84 p, 1997.
4. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, Projeções populacionais, 1995 - 2025, São Paulo 1997.

5. KAMEN, P. R. Periodontal Care, Dent. Clin. North Am., v. 41, n. 4, p. 751 – 762, Oct. 1997.
6. MANETTA, C. E.; BRUNETTI, R.F.; MONTENEGRO, F.L.B. Uma promissora atividade no novo século: odontogeriatria, J. B. Odont. Clin. v. 2, n. 10, p. 85 – 87, Jul/Ago. 1998
7. TRAMONTINA, V. S.; NUÑEZ, J. M. C. , TAKAHASHI, J. M. F. K.; SANTOS-DAROZ, C.B.; RIZZOTTI- BARBOSA, C.M. Nutrição para idosos- Revista de Odontologia da Universidade Cidade São Paulo- 2009- set-dez- 21-31, 258-67.