



Sexo, Mau Hálito e Vida Social.

Por Dra. Denise Falcão, periodontista, Mestre em Ciências da Saúde

www.saliva.com.br

Mau hálito e sexo?!

Isso mesmo, até o tão conhecido Miguel Paiva já tratou deste assunto em suas divertidas charges da Radical Chic. Millor Fernandes também, quando menciona em seu livro *Definitivo: a bíblia do caos* que “o melhor anticoncepcional que existe é o mau hálito”. Até no antigo testamento podemos encontrar citações que evidenciam o problema da halitose na vida afetiva das pessoas: “o meu hálito é intolerável à minha mulher; sou repugnante a meus próprios amigos” (Jó, 19:17). Percebe-se que este assunto desperta o interesse de muitas pessoas há muitos anos, porém continua sendo tabu e motivo de distanciamento nas relações afetivas e sociais, muito embora, 25% da população do mundo seja portadora de halitose.

O olfato é um dos sentidos mais primitivos do ser humano e de outras espécies animais. Sabe-se, por exemplo, que cheiro é um fator importante no acasalamento animal. No ser humano também, pois “... *o cheiro está em tudo: no amor, no apetite, nas melhores lembranças e todo odor provoca um sentimento e uma reação...*”.

Nestes 20 anos de profissão tenho ouvido relatos de pacientes que não se sentem a vontade para beijar o seu parceiro, não conversam de perto, e que tem consciência de que este problema está afetando diretamente a vida íntima do casal. Porém, o que me surpreende muito é que na maioria das vezes a pessoa fica “sem coragem” de falar para seu companheiro ou companheira que o hálito está alterado, pois acham que isto os “magoariam profundamente”.

Magoar? Por quê?

Este receio ainda existe devido a crença de que mau hálito é sinônimo de falta de higiene bucal. Temos que derrubar o tabu de que os portadores de halitose não são cuidadosos com a sua higiene bucal. Nota-se que 70% dos pacientes que buscam tratamento para halitose apresentam ótima higiene.

Com as mudanças de hábitos ditadas pela vida moderna, esse problema está cada vez mais presente. A halitose (mau hálito) não é uma doença e nem é transmissível. Porém, ela pode estar sinalizando uma série de alterações que devem ser pesquisadas e tratadas. Muitas pessoas deixam de buscar tratamento por não saberem que seu hálito está desagradável. Portanto, devemos falar abertamente sobre halitose aos nossos companheiros, pois certamente haverá uma melhora no canal de comunicação do casal e conseqüentemente no relacionamento. É importante salientar que grande parte dos enxaguatórios bucais não funciona contra a halitose e também pode agravar o problema, pois contém álcool em sua formulação, o que desidrata a mucosa da boca aumentando o mau hálito.

Formulamos abaixo algumas situações que podem causar alterações do hálito. Caso você já suspeite do problema e se enquadre em, pelo menos, 5 situações abaixo, recomendamos fazer uma avaliação clínica.

- Costumo ter muito muco nasal
- Não evacuo diariamente
- Sinto gosto ruim na boca
- Percebo cheiro desagradável em minha saliva e no fio dental
- Tomo bebidas alcoólicas com frequência
- Quase não tomo água
- Sou respirador bucal
- Faço 3 refeições por dia e não “belisco” nos intervalos
- Tenho alterações hormonais
- Sinto minha boca seca com frequência
- Sou fumante
- Quando espirro ou tusso, saem “bolinhas” pegajosas de minha garganta
- Minha gengiva sangra quando escovo os dentes e/ou uso o fio dental
- Percebo a presença de material esbranquiçado ou amarelado na língua