



GUEGAN<sup>1</sup>, E.; LAROSSI<sup>1</sup>, I.; MACHADO<sup>1</sup>, I.; MARECHAL<sup>1</sup>, L.; SILVA<sup>1</sup>, M. & VIEIRA<sup>2</sup>, A.

<sup>1</sup> Egas Moniz School of Health & Science, 2829-511 Caparica, Almada, Portugal;

<sup>2</sup> Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM), 2829-511 Caparica, Almada, Portugal.

**Palavras-chave:** desporto, goteira, trauma, lesão, proteção

**Introdução:** A estética do sorriso desempenha um papel muito importante na nossa sociedade, razão pela qual foram desenvolvidos dispositivos intra-orais para proteger a esfera oral dos desportistas. A utilização de goteiras de proteção no desporto está a tornar-se cada vez mais popular. Estes dispositivos desempenham um papel crucial na proteção, conforto e melhoria do desempenho físico, bem como no desenvolvimento de atitudes que previnem ou limitam o risco de traumatismos (Sliwkanich, L., & Ouanounou, A., 2021).

**Desenvolvimento:** A região facial, frequentemente exposta e vulnerável é propensa a sofrer lesões durante atividades desportivas.

Destas lesões, as dentárias são as mais frequentes no contexto orofacial. Os traumas orais podem apresentar um espectro de gravidade que vão desde fraturas dentárias simples a complexas, avulsão dentária, laceração intra e extra oral dos tecidos moles e fraturas ou deslocamentos dos maxilares (Al-Arfaj et al., 2016; Raghavan et al., 2018).

Grande parte destas lesões podem ser prevenidas através do uso de equipamentos de proteção adequados, como as goteiras orais. Existem diversos dispositivos desde Modelos pré-fabricados, vendidos em lojas de artigos desportivos, que apresentam um tamanho universal podendo não se ajustar perfeitamente à cavidade oral, interferindo na respiração e comunicação, sendo a sua principal vantagem o baixo custo e a disponibilidade imediata. Protetores "boil and bite" constituídos por um material termoplástico, também disponíveis em lojas desportivas, estes protetores são moldados individualmente e Protetores bucais personalizados, confeccionados por um médico dentista, estes protetores são feitos sob medida para cada indivíduo. Embora sejam mais caros, proporcionam um melhor ajuste, conforto e proteção interferindo minimamente na fala e respiração (Mark., 2017). Estes dispositivos desempenham um papel crucial na proteção e prevenção das estruturas da cavidade oral (Raghavan et al., 2018).

**Aplicações Clínicas:** **Trauma dentário:** Atletas envolvidos em desportos de contato, como futebol, hóquei e artes marciais, estão em maior risco de lesões dentárias. Traumas nos dentes podem resultar em fraturas, luxações, avulsões ou lesões da polpa dentária. A utilização de protetores bucais personalizados é fundamental para prevenir tais lesões. **Bruxismo:** O bruxismo é a condição em que a pessoa range os dentes, muitas vezes involuntariamente, durante a noite. Isso pode causar desgaste dos dentes, dor na mandíbula e cefaleias. Atletas que sofrem de bruxismo podem precisar de tratamento odontológico, como placas de mordida, para evitar o desgaste dos dentes e a dor associada. **Lesões na articulação temporomandibular (ATM):** Lesões na ATM podem causar dor na mandíbula, dificuldade de abrir e fechar a boca, dores de cabeça e outros sintomas. Alguns desportos podem aumentar o risco de lesões na ATM devido a impactos ou movimentos repetitivos da mandíbula. O tratamento pode ser necessário para atletas que sofrem de problemas na ATM. **Disfunção da oclusão:** A oclusão refere-se ao modo como os dentes superiores e inferiores se encaixam quando a boca está fechada. (Qreativ, 2022).

**Conclusões:** Em Portugal, a prática do desporto tem vindo a aumentar, o que provoca, mais traumatismos orofaciais em desportos tais como: hóquei, andebol, rugby. Assim, - goteira de proteção é uma ferramenta útil para proteger os dentes.

Contudo, a maioria dos atletas não utiliza goteiras devido à dificuldade para respirar, para falar, na adaptação e o aumento do fluxo salivar. Sendo assim as medidas preventivas, fundamentais para sensibilizar os atletas, os treinadores ou os responsáveis sobre a importância da utilização das goteiras.

Em resumo, as goteiras de proteção desempenham um papel essencial na proteção da saúde oral dos desportistas, reduzindo o risco de lesões e contribuindo para uma prática desportiva mais segura.

#### Referências Bibliográficas:

- 1 Sliwkanich, L., & Ouanounou, A. (2021). Mouthguards in dentistry: Current recommendations for dentists. *Dental Traumatology*, 37(5), 661–671. <https://doi.org/10.1111/dedt.12695>.
- 2 Al-Arfaj, I., Al-Shammari, A., Al-Subai, T., Al-Absi, G., Al-Jaffari, M., Al-Kadi, A., El Tantawi, M., & Al-Ansari, A. (2016). The knowledge, attitude and practices of male sports participants to sports-related dental trauma in Khobar and Dammam, Saudi Arabia - A pilot survey. *The Saudi dental journal*, 28(3), 136–141. <https://doi.org/10.1016/j.sdentj.2016.02.001>.
- 3 Mark A. M. (2017). Keeping your teeth and mouth safe. *Journal of the American Dental Association* (1939), 148(6), 476. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2017.03.014>.
- 4 Raghavan, S., Dayal, P., Philip, K., & Gahlot, M. S. (2018). Dentists' Attitudes and perceptions toward protective mouthguards. *Nigerian journal of clinical practice*, 21(3), 318–326. <https://doi.org/10.4103/njcp.2018.538-14>.
- 5 Qreativ. (2022, January 5). Bruxismo - Causas e Tratamento | Clíarcos | Dentista | Mirandela. Clíarcos. <https://cliacos.pt/bruxismo-causas-e-tratamento>