DESPORTO E SAUDE ORAL : UMA RELAÇAO BIDIRECIONAL

Marylou Ronchin[1]; Cecília Rozan[2]; Edna Verissimo[2], Ana Cristina Manso[2], João Viana[2]

[1] Estudante de Medicina Dentária, Egas Moniz School of Health & Science

[2] Docente, Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM), Egas Moniz School of Health & Science



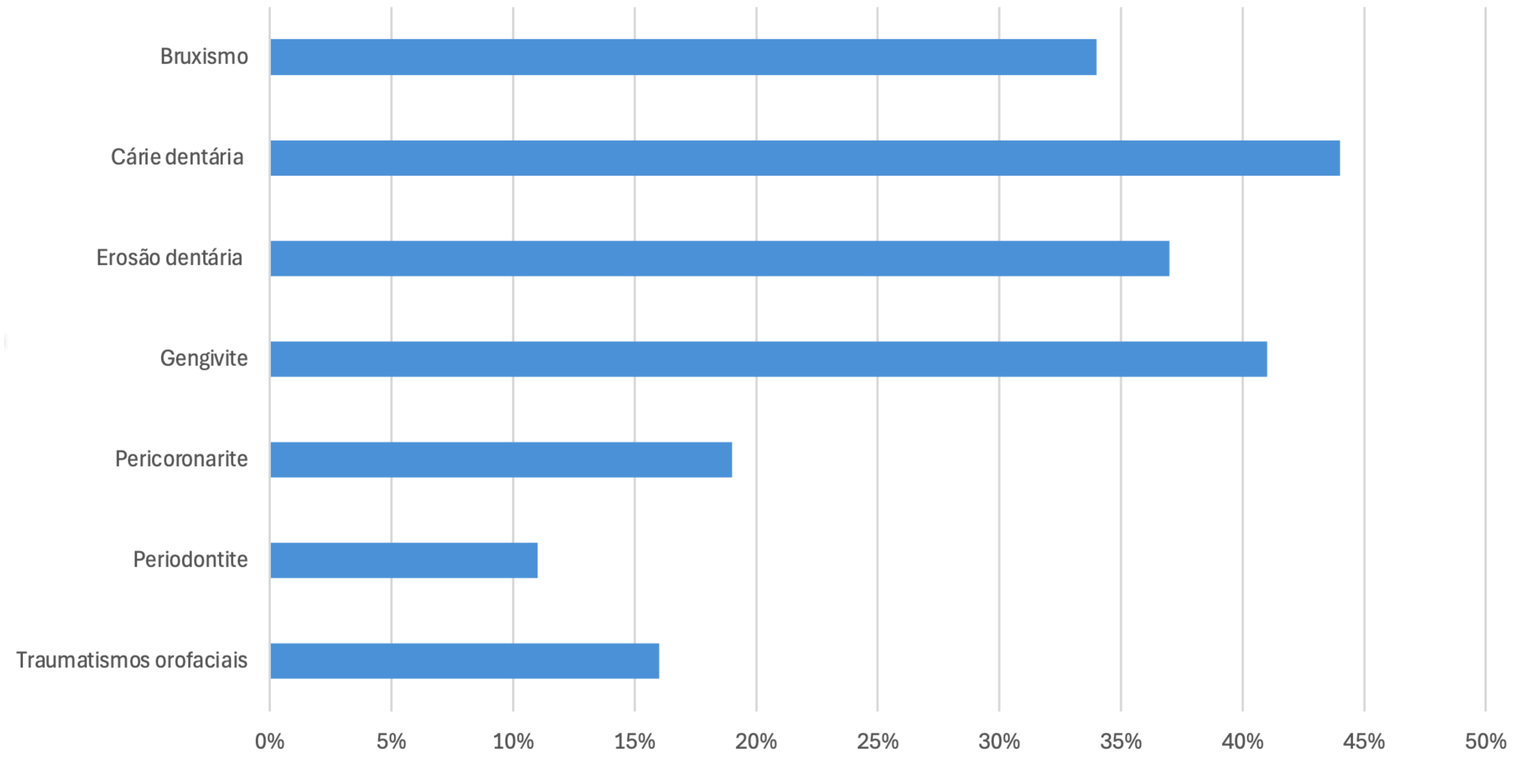
Introdução

A relação entre desporto e saúde oral constitui uma via bidirecional, com impacto direto no atleta.
Se, por um lado, a carga de treino e os hábitos desportivos podem expor à cavidade oral à patologias especificas, por outro, condições orais não diagnosticadas podem comprometer à recuperação e o rendimento físico.
Este trabalho explora esta interdependência, destacando a necessidade de um rastreio preventivo integrado.

Desenvolvimento



Principais alterações orais no contexto desportivo



Prevalência de Patologias Orais em Atletas [1]

Impact: saúde oral → desporto

Doença Periodontal → Menor Rendimento

- Associação significativa com a redução da performance física [2]
- Mediada pela inflamação sistémica crónica e atraso na recuperação muscular [3]

Impact: desporto → saúde oral

Bebidas Desportivas → Evidência Limitada

- Apesar da elevada taxa de erosão dentária (37%), o papel isolado das bebidas isotónicas e energéticas permanece inconclusivo na literatura [4]
- Sugere uma etiologia multifatorial (desidratação, fluxo salivar reduzido e dieta).

Stress Competitivo: fator associado à elevada prevalência de bruxismo (34%) [5]



Conclusão

A prevalência de patologias orais nos atletas e a associação entre doença periodontal e menor rendimento desportivo reforçam a necessidade de integrar a medicina dentária e à prevenção da saúde oral no acompanhamento desportivo multidisciplinar [6]

Referências bibliograficas

[1] Campana Zamudio, F., Aleman Soto, V. S., Azañedo, D., & Hernández-Vásquez, A. (2025). Prevalence and severity of oral conditions in elite athletes: A systematic review and meta-analysis. Dentistry Journal, 13(12), 589. Mulla M, Langaliya A, Jawahar A, Mulla M, Galletti C, Mathur A, et al. Global prevalence and patterns of oral health disorders in elite and Paralympic athletes: a systematic review and meta-analysis. J Craniofac Surg. 2026; 37(6):1765-1770. doi:10.1097/SCS.0000000000012176.

[2] Ferreira RO, Frazão DR, Ferreira MKM, Magno MB, Fagundes NCF, Rosing CK, et al. Periodontal disease and sports performance: a systematic review and meta-analysis. Res Sports Med. 2024; 32(5):767-786. doi:10.1080/15438627.2023.2235048.

[3] Hollander K, Eshkol-Yogev I, Zech A, Buti J, Needleman I. The influence of oral health on sports performance: an interdisciplinary perspective. Br Dent J. 2026; 240(4):277-283. doi:10.1038/s41415-025-9348-1.

[4] Gálvez-Bravo F, Edwards-Toro F, Contador-Cotroneo R, Opazo-García C, Contreras-Pulache H, Goicochea-Palomino EA, et al. Erosive potential of sports, energy drinks, and isotonic solutions on athletes' teeth: a systematic review. Nutrients. 2025; 17(3):403. doi:10.3390/nu17030403.

[5] de Sales ADN, Almeida RAC, Barbosa ATL, Raposo JCDS, Correia Júnior JL, Gusmão BA, et al. Prevalence of bruxism in athletes: a systematic review and meta-analysis. J Oral Rehabil. 2025; 52(9):1518-1543. doi:10.1111/joor.14039.

[6] Gallagher J, Fine P. The value of oral health screening for athletes. Res Sports Med. 2026 ; 34(1):1-10. doi:10.1080/15438627.2025.2532535.

[7] Júdice A, Botelho J, Machado V, Proença L, Ferreira LMA, Fine P, et al. Sports dentistry intricacies with season-related challenges and the role of athlete-centered outcomes. Front Oral Health. 2025; 6:1531653. doi:10.3389/froh.2025.1531653.