

## RESUMO EXPANDIDO - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

### **A INFLUÊNCIA DA SAÚDE BUCAL E DA RESPIRAÇÃO NO DESEMPENHO FÍSICO DOS ATLETAS**

*Thamyres Suellem Matias Da Silva (thamyresmatiaas@gmail.com)*

*Isabella Fernandes Da Silva De Oliveira (if310806@gmail.com)*

*Maria Eduarda Oliveira De Carvalho (dudaocarvalho21@gmail.com)*

*Maria Eduarda Lopes Farias (madurariaslopes@icloud.com)*

*Raissa Bandeira Dos Santos Castelo Branco (raissabandeira99@gmail.com)*

#### INTRODUÇÃO

A saúde bucal exerce influência direta sobre o desempenho físico e o bem-estar de atletas.

Alterações na cavidade oral, como infecções, inflamações e respiração bucal, podem comprometer a

performance, aumentar o risco de lesões e retardar a recuperação muscular.

A odontologia do esporte destaca a importância da prevenção e do acompanhamento odontológico,

já que doenças como carie, gengivite e periodontite são comuns entre esportistas devido a fatores

como desidratação, dieta e treinos intensos. Além disso, a respiração bucal frequente durante o

exercício pode causar alterações posturais, atresia maxilar e redução da capacidade respiratória,

afetando o rendimento. Assim, manter uma boa saúde bucal é fundamental para o desempenho

atlético e a qualidade de vida.

## OBJETIVO

O presente trabalho tem como objetivo analisar a relação entre a saúde bucal e o desempenho físico

de atletas, destacando como alterações orais como cárie, gengivite, periodontite, traumatismos

dentários e respiração bucal podem interferir na performance esportiva, recuperação muscular e

qualidade de vida. Além disso, busca-se evidenciar a importância da odontologia do esporte na

prevenção e tratamento dessas condições, bem como investigar a influência da respiração bucal no

desenvolvimento do complexo bucomaxilofacial e na capacidade aeróbica de atletas, propondo a

integração entre saúde bucal e rendimento físico como parte essencial do cuidado esportivo.

## MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo é uma revisão bibliográfica narrativa, com abordagem qualitativa e descritiva, que

analisou a relação entre saúde bucal e desempenho físico em atletas.

A pesquisa foi realizada em novembro de 2025, nas bases SciELO, PubMed, LILACS e Google

Acadêmico, utilizando os descritores: saúde bucal, atletas, odontologia do esporte, respiração bucal

e atresia maxilar.

Foram incluídos artigos publicados entre 2000 e 2025, disponíveis na íntegra, em português, inglês

ou espanhol, que abordassem a influência da condição bucal no rendimento esportivo.

Os dados coletados foram organizados em tabelas e gráficos com informações sobre autores, tipo de

estudo, doenças bucais encontradas e seus impactos na performance física.

A análise foi interpretativa e comparativa, destacando como problemas orais, como cárie, gengivite e

respiração bucal, podem interferir no desempenho e recuperação de atletas.

## RESULTADOS

Os estudos mostraram que muitos atletas têm problemas de saúde bucal, como cáries, gengivite e

erosão nos dentes, principalmente por causa da alimentação, desidratação e treinos intensos. Esses

problemas podem causar dor, infecções e até diminuir o rendimento físico.

Também foi observado que a respiração pela boca, comum durante o exercício, pode causar

ressecamento oral, fadiga, postura errada e até reduzir a performance em até 30%. Além disso, esse

tipo de respiração pode afetar o crescimento da face e causar alterações como a atresia maxilar.

O uso de protetores bucais se mostrou importante para evitar traumas e proteger os dentes durante

esportes de contato.

De modo geral, manter uma boa higiene bucal, respirar pelo nariz e fazer acompanhamento

odontológico ajuda a melhorar o desempenho e a saúde dos atletas.

## CONCLUSÃO:

A integração entre saúde bucal e desempenho esportivo é indispensável para o rendimento e o bem-

estar do atleta. A presença do cirurgião-dentista no contexto esportivo permite prevenir disfunções,

otimizar funções orais e contribuir para melhores resultados físicos.

Dessa forma, a odontologia do esporte consolida-se como área essencial na promoção da saúde

integral e na manutenção da performance atlética.

## REFERÊNCIAS

CARVALHO, P. E. et al. A saúde bucal na performance física de atletas. *Research, Society and*

*Development*, v. 9, n. 9, e784998129, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i9.8129>.

Acesso em: 12 de novembro de 2025.

KAYSER, Eduardo Guaragna. Relações entre respiração bucal e alto rendimento atlético: uma

revisão de literatura. 2012. 30 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Odontologia) -

Faculdade de Odontologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/78952/000900546.pdf?sequen>.

Acesso

em: 12 de novembro de 2025.

LÖRINCZI, F. et al. Nose vs. mouth breathing- acute effect of different breathing regimens on muscular

endurance. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, [S. l.], v. 16, n. 42, 9 fev. 2024.

Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s13102-024-00840-6>. Acesso em: 12 de novembro de 2025.

MIYADI, Caroline Hikari. Relação entre respiração bucal e atresia maxilar: revisão de literatura.

2023. 34 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Odontologia) - Universidade Federal de

Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde, Graduação em Odontologia, Florianópolis, 2023.

Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/246931>. Acesso em: 12 de novembro de 2025

Palavras-chave: saúde bucal; desempenho físico; atletas; odontologia do esporte; respiração bucal; atresia maxilar.