

Marta Marques Sousa Lima
Médica Dentista



Ansiedade em Medicina Dentária

Todas as pessoas em diversos momentos experimentam ansiedade, dita normal, ou seja "(...) uma sensação difusa, desagradável e vaga de apreensão, por vezes acompanhada de sintomas autónomos, tais como cefaleias, palpitações, dor pré cordial, leve mau estar epigástrico e agitação, indicada pela incapacidade de ficar sentado ou em pé quieto por muito tempo" (Sadck e Sadock, 2007).

A American Psychiatric Association define a ansiedade como sendo uma " antecipação apreensiva de futuro perigo ou desgraça acompanhada por um sentimento de disforia ou sintomas somáticos de tensão".

Os transtornos de ansiedade situam-se entre as perturbações psiquiátricas mais prevalentes no Mundo Ocidental. Achados recentes também sugerem que transtornos crónicos de ansiedade podem aumentar a taxa de mortalidade relacionada com problemas cardiovasculares.

Quando esta ansiedade ou medo é gerado devido ao tratamento dentário, é designado por ansiedade dentária, sendo que a sua intensidade é variável, tanto entre pacientes, como no mesmo paciente, dependendo do tipo de procedimento a que está sujeito.

É relativamente frequente encontrar certos medos associa-

dos aos profissionais de saúde. Por exemplo, o medo de agulhas personificado, sobretudo, na profissão de enfermeiro. A profissão de Médico Dentista não está isenta deste tipo de constrangimentos, já que o comparecimento às consultas de Medicina Dentária pode gerar fortes níveis de ansiedade no paciente ansiedade esta que pode tornar mais difícil o tratamento e diminuir o limiar da dor, resultando num ciclo vicioso, no sentido de que quando a patologia dentária não é regularmente tratada apostando na prevenção, esta desencadeia o recurso à consulta pela dor e emergência, podendo o tratamento ser mais invasivo e doloroso. Kent destaca que a ansiedade engloba alterações físicas, comportamentais, convicções e pensamentos relativamente aos tratamentos. Salienta ainda, que os pensamentos apresentados pelas pessoas no momento que precede a consulta são sempre mais negativos do que os que são experimentados no momento da mesma.

As gerações mais velhas foram sujeitas a práticas clínicas traumáticas durante a sua infância, provocando muita ansiedade com consequências negativas na sua saúde oral. Nas crianças é comum surgir como forma de retaliação a maus comportamentos. Já durante o período da adolescência esta ansiedade





é marcada por uma instabilidade emocional decorrente das próprias mudanças hormonais características da idade.

Quando existe pouca cooperação ou para pacientes mais ansiosos (adultos), há a possibilidade de efetuar o tratamento com sedação consciente inalatória. Como o termo indica: Sedação (acto de sedar – moderar; acalmar; assedar), consciente (que sabe o que faz), inalatória (absorver pelas vias respiratórias), consiste numa sedação à base de óxido nítrico ou protóxido de azoto.

É um processo muito seguro em que o paciente recebe 50-70% de oxigénio (o ar que respiramos tem apenas cerca de 21% de oxigénio) e é utilizada uma percentagem de N2O2 de 30-50%.

Tem um cheiro doce, não irritante e sem cor. Os pacientes conseguem respirar sozinhos, falar e manter o controlo de todas as suas funções corporais, assim como eliminar o medo e a ansiedade dos tratamentos médico-dentários, levando a relaxamento profundo, elevada sensação de bem estar e analgesia pré-anestésica.

O conceito de ansiedade dentária levanta, ainda hoje, calorosas discussões e bastante controvérsia. Reconhecer e tratar a ansiedade dentária numa idade precoce permite ao indivíduo ter uma boa saúde oral, sem prejudicar a sua qualidade de vida no futuro.

A nova geração encara a ida ao Médico Dentista como uma actividade agradável; isto só se tornou possível porque a Odontopediatria consegue estabelecer uma boa relação com os seus pequenos pacientes, ao recebê-los num ambiente especialmente acolhedor, respeitando as suas capacidades e medos, utilizando vocabulário e explicações adaptados a cada idade.

Para evitar as consultas de urgência, é fundamental criar hábitos de vida saudáveis, um dos quais é sem dúvida a prevenção dos riscos que possam conduzir à doença.

A manutenção da saúde oral é de extrema importância para a saúde geral. Para tal, deve visitar regularmente o seu Médico Dentista e Higienista Oral, para que seja efectuado o diagnóstico correcto e plano de tratamento mais adequado.