

---

## MASTIGAR E DEGLUTIR NA TERCEIRA IDADE

---

Gerson I. Köhler  
Juarez Köhler



Para o especialista Gerson I. Köhler - da Köhler Interdisciplinar - estamos vivendo em um mundo em que o envelhecimento da população está ocorrendo de uma forma diferenciada e rápida. Os cuidados médicos em geral estão fazendo com que as pessoas consigam ficar cada vez com mais idade. Isto é muito bom, mas traz - *em termos médicos e de saúde* - uma problemática associada a esta questão. Novas doenças, próprias da 3ª idade em diante estão presentes de forma cada vez mais intensa e necessitam de cuidados especiais.

Os idosos - *afirma Juarez Köhler, também associado à Köhler Interdisciplinar* - costumam interpretar o processo de envelhecimento - e por consequência de adoecimento em diferentes áreas orgânicas - de diferentes formas, dependendo, claro, de sua história de vida e de condições próprias de sua existência..

Neste particular, para a maioria das pessoas, informa o especialista - *já sob cuidados de áreas específicas tais como a geriatria , gerontologia e odontogeriatría* - a deglutição costuma ser um ato normal e espontâneo. No entanto - *apesar desta interpretação aparentemente simplista, afinal deglutir parece ser apenas engolir, sejam alimentos e/ou a saliva* - é uma atividade sensorial e motora de alta complexidade e com uma dinâmica muito particular, que envolve cerca de 26 pares de músculos e também a ação de 5 nervos cranianos. Portanto, não é algo tão simples assim, aliás, é uma função orgânica de alta complexidade e sujeita aos agravos proporcionados pelo envelhecimento do corpo.

No entender de Gerson Köhler, esta complexidade - *da deglutição, que vem logo após o ato da mastigação* - se deve ao fato de que o alimento transita, num determinado trecho, por um local que é comum não só ao trato gastrointestinal (do qual a boca faz parte), mas também do trato respira-

tório, que cuida da função mais vital do organismo, que é a respiração, para oxigenação do sangue e do corpo como um todo.

No feto - na vida intrauterina - o reflexo da deglutição já se encontra presente a partir da 17a. semana de gestão (o bebê engole o líquido amniótico) e o reflexo da sucção esta presente a partir da 20a. semana. A partir da 34a. e 35a semanas de vida intrauterina o feto já adquiriu as condições de coordenar sucção, deglutição e respiração. O ato de nascer vai exigir isto dele com a melhor perfeição possível.

Muito bem, voltemos novamente à terceira idade. Segundo o professor Gerson I. Köhler, os chamados problemas de mastigação - e principalmente de deglutição do bolo alimentar - são muito comuns em pessoas mais velhas. A deglutição - *que tem como seu órgão principal a boca com todo o seu conteúdo, principalmente a língua* - é assunto de vários domínios da medicina (entre outros, a odontologia, a gastroenterologia, a otorrinolaringologia e a fonoaudiologia). É, portanto, um assunto de saúde chamado de inter ou multidisciplinar.

Aqui se pode afirmar - dizem ambos os especialistas - que os distúrbios da deglutição costumam ser algo próprio da 3ª idade (mas não só, evidentemente) assim como o próprio ato de envelhecer é, por sua vez, um fator que pode alterar a deglutição (o ato de engolir, seja saliva e/ou alimento).

A deglutição, como já referido anteriormente, diz Juarez Köhler, é um complicado processo que pode ser acompanhado por disfagia (dificuldade ou alteração do ato de engolir) e até mesmo pela temível aspiração (quando o conteúdo bucal vai, erroneamente, em direção aos pulmões).

Já que falamos em disfagia - acrescenta Gerson Köhler - vamos tratar de saber um pouco mais sobre ela. Estima-se - complementa Juarez Köhler - que no ano 2020, cerca de 16,4% da população estará acima dos 65 anos de idade.

Isto considerado, apesar dos grandes progressos no entendimento do que é a chamada 'fisiologia da deglutição' e dos significativos avanços na área terapêutica de sua manifestação patológica, a questão costuma ser delicada, quando presente em um paciente idoso e requer cuidados especiais, multi/interdisciplinares na maioria das vezes.

Para os especialistas, ainda parece existir uma aparente dificuldade em bem diagnosticar a disfagia em pacientes idosos, pelo fato de ela poder ter uma etiologia (as causas) multifatorial, isto é, não é apenas e tão somente um fator que a causa, podendo ser vários e interagindo de forma associada.

Para Gerson Köhler, sob o ponto de vista de um odontologista, os distúrbios da mastigação e deglutição podem apresentar-se de forma insidiosa - não muito claras - fazendo parte do processo de senescência (envelhecimento) visto que os seus portadores podem ter ido se acomodando gradativamente às mudanças ocorridas progressivamente, na forma de mastigar e de engolir este conteúdo.

No entender de Juarez Köhler, os avanços mais recentes nesta área altamente especializada sobre 'como avaliar a disfagia' passam pela identificação das possíveis alterações que ocorrem durante o ato de engolir (que é ato imediato e sequencial ao de mastigar) e que precisam ser bem diagnosticados para que surja um protocolo terapêutico efetivo e seguro.

Toda a evolução diagnóstica - *que, por certo, inclui a odontologia, que cuida da boca, porção inicial de todo o trato digestivo* - começa com a forma de alimentar-se e de mastigar para a produção do bolo alimentar a ser deglutido.

Nas áreas médicas que tratam destas questões - *importantes para o bem estar e qualidade de vida das pessoas* - existem diversos tipos de exames específicos para a diagnose e prescrição terapêutica. Precisam ser avaliados, concomitantemente, questões tais como efeitos colaterais de medicamentos, refluxo gastroesofágico, eventuais injúrias da região esofagiana e ainda eventuais efeitos colaterais de doenças cérebro-vasculares. O tratamento da disfagia e de todo o processo que a precede (mastigação e deglutição) precisa, para ser efetivo, ser direcionado para a causa básica do distúrbio em si.

Portanto, se você ou alguém de seus familiares mais idosos, estiver numa das situações descritas acima (que não são todas) deve procurar, com a urgência necessária por um médico especialista de sua confiança, para desta forma poder usufruir, novamente de condições ideais de bem-estar e qualidade de vida.

Fontes:

- Gerson I. Köhler e Juarez Köhler são especialistas pertencentes à ABOR - Associação Brasileira de Ortodontia e Ortopedia Facial, entidade filiada internacionalmente à WFO - World Federation of Orthodontists, nos EUA.

- Swallowing Disorders in the Elderly. Laryngoscope, 2002, april.

- Aging decreases the strenght of suprayoid muscles involved in swallowing movements. Tohoku J Exp Med, 2013.

- Association between atrophic gastritis and gastroesophageal reflux symptoms. Hepatogastroenterology. 2013 Oct.

- Jaw opening exercise for insufficient opening of upper esophageal sphincter. Arch Phys Med Rehabilitation, 1999.