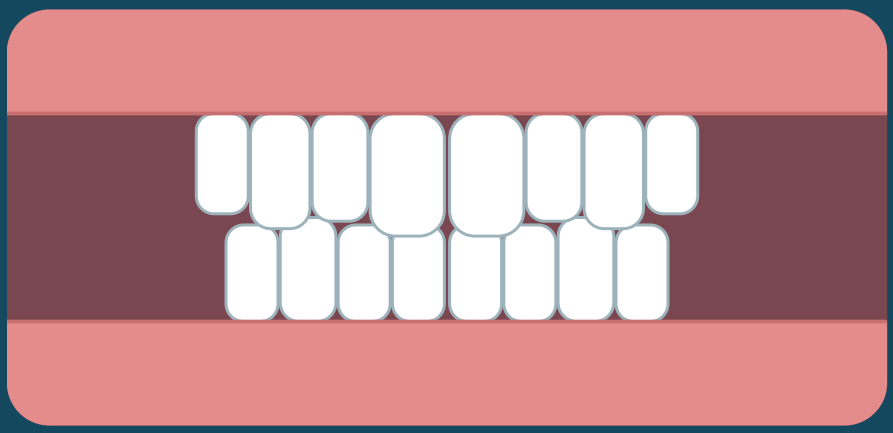
EDUCAÇÃO EM SAÚDE BUCAL

CONHECENDO A ORTODONTIA

Um guia simples sobre o encaixe dos dentes,
as alterações mais comuns e o uso do aparelho ortodôntico.



PÚBLICO-ALVO
Crianças, adolescentes, adultos, pais e responsáveis.

OBJETIVO
Ajudar o leitor a reconhecer alterações no posicionamento dos dentes, entender quando buscar avaliação e conhecer os cuidados durante o tratamento.

Informação clara, prevenção e cuidado com o sorriso.

Antes de começar

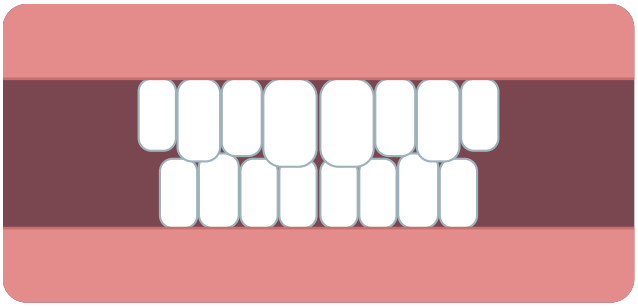
A Ortodontia é a área da Odontologia que avalia a posição dos dentes e a relação entre as arcadas dentárias. O tratamento pode melhorar o encaixe dos dentes e, em situações indicadas, contribuir para a mastigação, a higiene e a aparência do sorriso.

UMA MENSAGEM IMPORTANTE

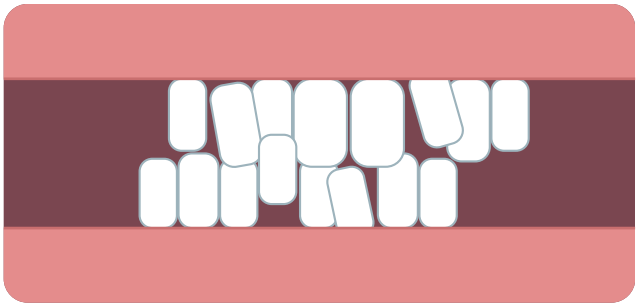
Nem todo dente torto ou espaço entre os dentes precisa de aparelho. A necessidade de tratamento depende de uma avaliação individual, que considera saúde bucal, função, crescimento e expectativas do paciente.

1 O que é má oclusão?

Má oclusão é uma alteração no encaixe dos dentes de cima com os de baixo quando a boca se fecha. Ela pode envolver a posição dos dentes, o relacionamento entre as arcadas ou o crescimento dos ossos da face.



● **Encaixe mais alinhado**
Arcadas superior e inferior se relacionam de forma equilibrada.



● **Exemplo de desencaixe**
Pode haver dentes projetados, cruzados ou sem contato adequado.

Ilustração esquemática, sem escala real.

Possíveis causas

- Hereditariedade e características familiares.
- Diferenças entre o tamanho dos dentes e o espaço disponível na boca.
- Perda precoce de dentes de leite ou perda de dentes permanentes.
- Hábitos prolongados, como chupar o dedo ou usar chupeta.
- Alterações no crescimento dos ossos da face e na posição da língua.

Sinais que merecem avaliação

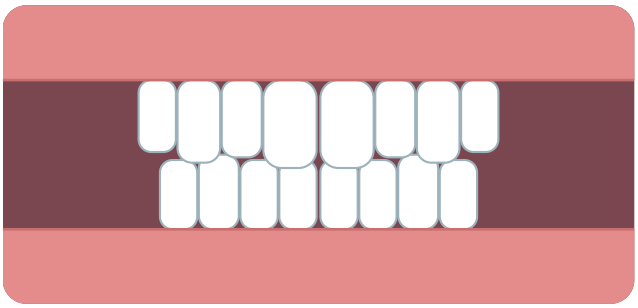
- Dificuldade para morder ou mastigar determinados alimentos.
- Dentes muito projetados, cruzados, sobrepostos ou que não se encontram ao fechar a boca.
- Desgaste desigual ou dificuldade para higienizar algumas regiões.

TODA MÁ OCLUSÃO PRECISA DE APARELHO?

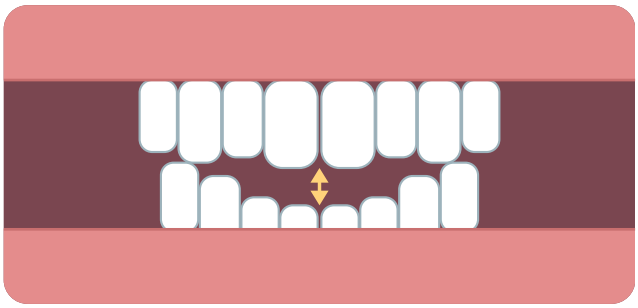
Não. Algumas alterações são leves e podem não exigir correção. O dentista ou ortodontista avalia se existe prejuízo funcional, risco à saúde bucal ou uma necessidade estética relevante.

2 Mordida aberta: o que é?

A mordida aberta acontece quando, ao fechar a boca, alguns dentes de cima e de baixo não se encostam. O exemplo mais conhecido é a mordida aberta anterior: os dentes da frente ficam separados, formando um espaço.



● **Mordida fechada**
Os dentes anteriores se aproximam ao fechar a boca.



● **Mordida aberta**
Permanece um espaço entre os dentes da frente.

Ilustração esquemática, sem escala real.

Possíveis causas

- Uso prolongado de chupeta ou hábito de chupar o dedo.
- Posição ou movimento da língua que interfere no fechamento dos dentes.
- Padrões de crescimento dos ossos da face e fatores hereditários.

O que pode acontecer?

- Dificuldade para cortar alimentos com os dentes da frente.
- Alterações na fala em alguns casos.
- Dificuldade de manter os lábios fechados confortavelmente em determinadas situações.

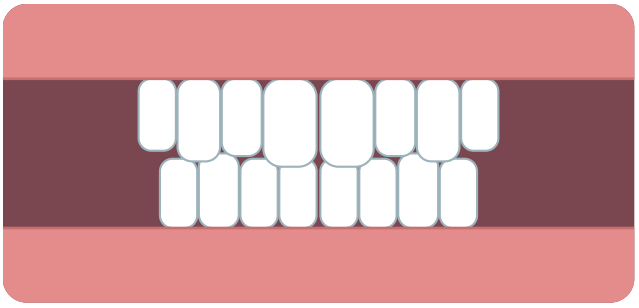
Como pode ser tratada?

O tratamento depende da causa, da idade e da gravidade. Pode incluir aparelhos ortodônticos, aparelhos que orientam o crescimento em pacientes em desenvolvimento, acompanhamento de hábitos e, em casos selecionados, cirurgia ortognática.

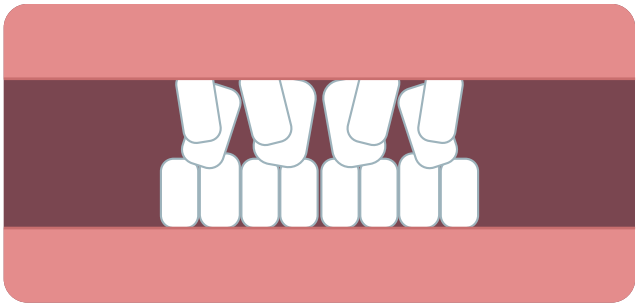
> **ORIENTAÇÃO PARA FAMÍLIAS**
> Se a criança mantém hábitos de sucção por tempo prolongado ou apresenta dificuldade para aproximar os dentes da frente, procure avaliação odontológica. Não tente corrigir o hábito com métodos que machuquem ou assustem a criança.

3 Apinhamento dentário: por que os dentes ficam tortos?

O apinhamento ocorre quando o espaço disponível na arcada não é suficiente para acomodar todos os dentes em posições alinhadas. Por isso, alguns podem ficar sobrepostos, girados ou fora da linha do sorriso.



● **Alinhamento**
Há espaço para os dentes ocuparem suas posições.



● **Apinhamento**
Os dentes ficam sobrepostos ou girados por falta de espaço.

Ilustração esquemática, sem escala real.

Por que acontece?

- Dentes grandes em relação ao espaço disponível.
- Arcadas com pouco espaço ou diferenças no seu desenvolvimento.
- Fatores hereditários.
- Perda precoce de dentes de leite, que pode alterar o espaço para os permanentes.
- Dentes permanentes que nascem em posições desfavoráveis.

Quais são as possíveis consequências?

- Maior dificuldade para escovar e usar fio dental em áreas sobrepostas.
- Acúmulo de placa bacteriana em locais de difícil acesso.
- Alterações estéticas e, em alguns casos, funcionais.

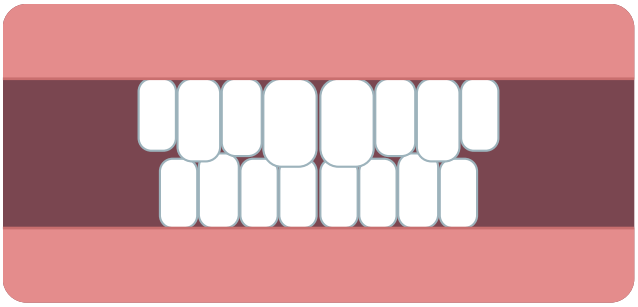
Opções de tratamento

O planejamento pode envolver aparelho fixo, alinhadores transparentes, recursos para ganhar espaço ou, em situações específicas, extrações dentárias. A escolha depende do exame clínico e dos registros necessários para cada paciente.

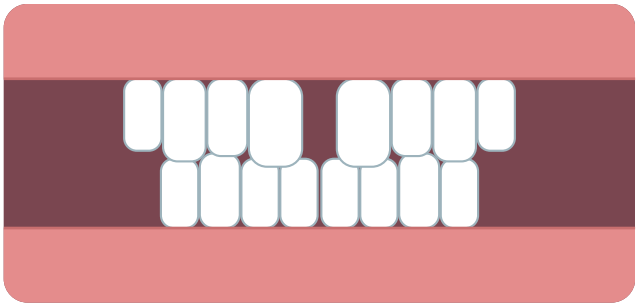
> **ATENÇÃO**
> Nem todo apinhamento exige extração. Não é possível escolher o tratamento apenas olhando uma fotografia: é necessária avaliação profissional.

4 Diastemas: quando o espaço entre os dentes precisa de tratamento?

Diastema é o espaço entre dois dentes. Ele aparece com frequência entre os dois dentes da frente da arcada superior, mas pode ocorrer em outras regiões.



Sem diastema
Dentes vizinhos estão em contato.



Com diastema
Existe um espaço visível entre dois dentes.

Ilustração esquemática, sem escala real.

Por que os espaços aparecem?

- Diferença entre o tamanho dos dentes e o tamanho da arcada.
- Dentes naturalmente pequenos ou ausência de algum dente.
- Características do freio labial superior, em alguns casos.
- Hábitos e forças exercidas pela língua ou pelos lábios.

Quando procurar avaliação?

- Quando o espaço aumenta ou surge recentemente.
- Quando há dificuldade para falar ou mastigar associada.
- Quando existe incômodo estético ou suspeita de alteração na gengiva.
- Quando pode haver relação com ausência ou posição inadequada de algum dente.

Todo diastema é um problema?

Não. Em crianças, espaços entre os dentes de leite podem fazer parte do desenvolvimento normal e ajudar a acomodar os dentes permanentes, que costumam ser maiores. Em adultos, alguns espaços também não causam prejuízo à saúde.

Como tratar?

As opções incluem movimentação ortodôntica, alinhadores, restaurações estéticas com resina composta e, quando houver indicação específica, tratamento periodontal ou intervenção no freio labial.

> **NÃO FAÇA EM CASA**
> Nunca tente fechar espaços usando elásticos, fios ou outros objetos. Eles podem machucar a gengiva, danificar o suporte dos dentes e até levar à perda dentária.

5 Mitos e verdades sobre aparelho ortodôntico

Há muitas informações sobre aparelhos. Veja o que é correto e o que merece atenção:

AFIRMAÇÃO	RESPOSTA	ENTENDA
Adultos não podem usar aparelho.	MITO	Adultos também podem fazer tratamento, desde que a saúde dos dentes e da gengiva permita.
Aparelho serve apenas para melhorar a aparência.	MITO	Além da estética, pode melhorar o encaixe e algumas funções, conforme o caso.
É comum sentir pressão ou sensibilidade no início.	VERDADE	O desconforto costuma ser temporário após a instalação ou os ajustes.
É necessário manter higiene cuidadosa durante o tratamento.	VERDADE	Aparelhos podem dificultar a limpeza e favorecer acúmulo de placa.
Depois de retirar o aparelho, os dentes nunca mais se movimentam.	MITO	Os dentes podem se movimentar; por isso, a contenção é importante.
Todo paciente precisa extrair dentes.	MITO	Extrações são indicadas apenas em situações específicas, após planejamento.
Existem aparelhos transparentes.	VERDADE	Há alinhadores e aparelhos estéticos, mas nem todos são adequados para todos os casos.
O tratamento precisa de acompanhamento profissional.	VERDADE	Diagnóstico, planejamento e monitoramento são essenciais para a segurança.

Duas ideias que merecem destaque

"QUANTO MAIS APERTADO, MAIS RÁPIDO?"

Mito. A movimentação precisa ser controlada e biologicamente segura. Forças excessivas não garantem resultado melhor e podem causar danos.

"POSSO COLOCAR APARELHO SEM ACOMPANHAMENTO?"

Não. Aparelhos sem supervisão podem provocar movimentos inadequados e danos aos dentes e aos tecidos que os sustentam.

6 Cuidados para quem usa aparelho

O sucesso do tratamento depende também dos cuidados diários. Algumas atitudes simples ajudam a proteger os dentes e a gengiva durante o uso do aparelho.

01
Escove após as refeições: limpe cuidadosamente ao redor dos bráquetes e na linha da gengiva.

02
Use fio dental: passadores ou fios próprios podem facilitar a limpeza entre os dentes.

03
Tenha cuidado com alimentos: alimentos muito duros ou pegajosos podem soltar peças ou danificar o aparelho.

04
Compareça às consultas: siga o calendário de acompanhamento indicado pelo profissional.

05
Não ajuste em casa: se uma peça soltar ou um fio machucar, entre em contato com o consultório.

06
Use a contenção: após o tratamento, siga as orientações sobre tempo e frequência de uso.

POR QUE A HIGIENE É TÃO IMPORTANTE?

A limpeza inadequada pode favorecer cáries, manchas brancas no esmalte e inflamação da gengiva. O aparelho não substitui a escovação nem o fio dental.

7 Quando procurar um dentista?

Não é necessário esperar sentir dor. Procure avaliação se perceber:

- Dentes muito tortos, sobrepostos ou projetados para frente.
- Dificuldade para morder ou mastigar.
- Dentes que não se encostam quando a boca fecha.
- Espaços entre os dentes que estão aumentando.
- Mudanças na posição dos dentes durante o crescimento.

Por onde começar?

Você pode procurar um cirurgião-dentista na Unidade Básica de Saúde (UBS) ou em um serviço odontológico. Quando necessário, o paciente pode ser encaminhado para avaliação especializada. A oferta de tratamento ortodôntico pelo SUS depende dos serviços disponíveis em cada município.

LEMBRE-SE

A avaliação profissional ajuda a entender se existe necessidade de tratamento e qual é o melhor momento para realizá-lo. Cada sorriso tem características próprias.

8 Referências bibliográficas

As referências abaixo são fontes institucionais e científicas para aprofundamento. O material é educativo e não substitui uma consulta odontológica.

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes da Política Nacional de Saúde Bucal. Brasília: Ministério da Saúde. Portal institucional: https://www.gov.br/saude/
2. BRASIL. Ministério da Saúde. SB Brasil 2023: Pesquisa Nacional de Saúde Bucal. Brasília: Ministério da Saúde. Portal institucional: https://www.gov.br/saude/
3. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Oral health. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/oral-health
4. AMERICAN DENTAL ASSOCIATION (ADA). Braces and orthodontics. MouthHealthy. Disponível em: https://www.mouthhealthy.org/
5. AMERICAN ASSOCIATION OF ORTHODONTISTS (AAO). Orthodontic treatment and patient information. Disponível em: https://aaoinfo.org/
6. NATIONAL HEALTH SERVICE (NHS). Orthodontics. Disponível em: https://www.nhs.uk/conditions/orthodontics/
7. MACEY, R. et al. Do malocclusion and orthodontic treatment impact oral health? A systematic review and meta-analysis. American Journal of Orthodontics and Dentofacial Orthopedics, 2020.

MENSAGEM FINAL

Conhecer as alterações do posicionamento dos dentes ajuda a reconhecer sinais e buscar orientação no momento adequado. A Ortodontia não é apenas sobre alinhar sorrisos: é sobre avaliar cada pessoa, suas necessidades e sua saúde bucal.

Material de educação em saúde bucal • Público geral • Linguagem acessível