

## No combate ao câncer, auto-exame

O câncer bucal é um tumor maligno que aparece com frequência no lábio inferior e na língua. Assim como a maioria dos cânceres é uma doença silenciosa, ou seja, não provoca sintomas como dor. A pessoa não percebe sua presença e, quando nota alguma lesão na boca, acredita tratar-se de uma simples afta e opta em não

consultar um dentista para um diagnóstico mais detalhado.

O cirurgião dentista **Caetano Baptista Neto**, mestre em diagnóstico bucal pela Universidade de São Paulo (USP) faz um alerta: "O grande problema é que quando ocorre dor, é sinal de que o câncer já está avançado, mas ainda assim, há tratamento."

**Baptista Neto** lembra que, quanto maior for o tempo sem diagnosticá-lo e tratá-lo, maiores são as chances de o câncer se espalhar para outros órgãos. O dentista deve remover e tratar as lesões que podem se tornar um câncer bucal. Consultas periódicas com um profissional são a melhor maneira de evitar a doença.

### Câncer bucal

#### Como é

■ O tipo mais comum para boca é o carcinoma espinocelular (CEC), que se apresenta em forma de ferida, geralmente sem dor, com bordas elevadas, base endurecida, que não cicatriza e com o passar do tempo aumenta de tamanho

#### Por que ocorre

■ Alguns fatores são pré-disposição genética, idade avançada, carência de vitaminas, fumo, álcool, sol. O cigarro, por exemplo, apresenta mais de 4.720 substâncias, 63 delas são cancerígenas. O uso do álcool por longo tempo agride a mucosa da boca e funciona como solvente para que as substâncias cancerígenas do fumo penetrem na mucosa e potencializem os efeitos prejudiciais dos componentes do cigarro

#### Como prevenir

■ Alimentação a base de fibras, vitaminas, legumes e vegetais, não fumar e não beber, praticar esportes, utilizar batom de filtro labial e usar chapéu ou boné. Fazer auto-exame na boca e visitar o dentista regularmente

## Cárie é o problema mais freqüente

Alaor Filho/AE - 30/01/04

Newton Miranda de Carvalho, cirurgião-dentista e secretário-geral da Associação Brasileira de Odontologia (ABO), revela que, dentre as doenças da boca, como afta e gengivite, a que mais aflige os brasileiros e têm maior reincidência são as cáries - perda de substâncias no dente causada por bactérias.

Segundo ele, isso se deve ao baixo acesso ao tratamento odontológico (30 milhões de pessoas nunca foram ao dentista). Ele disse que 120 milhões de brasileiros também estão excluídos de tratamentos em consultórios particulares. Além, disso aponta que 27,5% da população brasileira é desdentada e 45% não possui nem escova de dentes.

Carvalho explica que nos primeiros sintomas de alguma doença de boca é fundamental que se procure um dentista. "Muitas lesões podem ser



Dentista examina paciente: cárie é a doença mais comum

cancerígenas. A halitose, por exemplo, pode ser originada por uma úlcera gástrica e tem de ser tratada." Ele lembra que a automedicação é o pior caminho. Porém, mesmo com alguns sintomas, nem todas as pessoas podem recorrer a um

dentista, principalmente famílias carentes. Por isso, Carvalho diz que qualquer pessoa pode procurar por uma ABO regional, que poderá indicar uma entidade que trate dos dentes gratuitamente, como associações e paróquias.



## Como fazer auto-exame

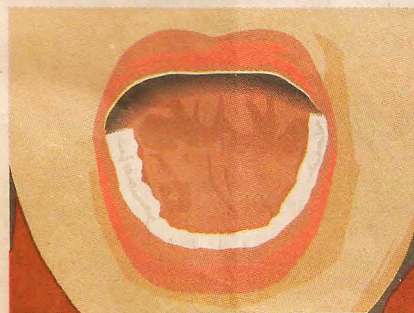
O auto-exame ainda é a melhor maneira de conhecer sua boca. Ele deve ser feito pelo menos um vez por mês. O mais importante é verificar alterações na cor da mucosa, manchas, presença de nódulos (caroços) e feridas. Sangramentos também devem ser observados. As pessoas ainda devem apalpar a região do pescoço para saber se existem caroços



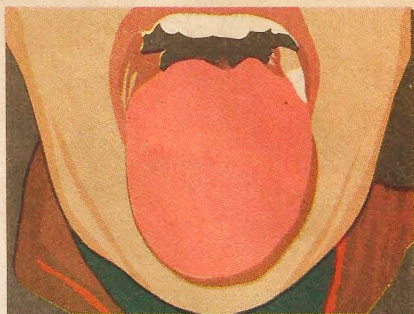
**1** Puxe a mucosa dos lábios superior e inferior



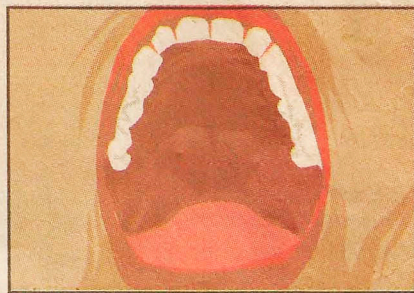
**2** Puxe a bochecha direita e esquerda



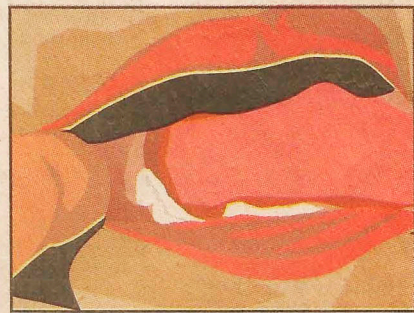
**3** Levante a língua e observe a parte interna



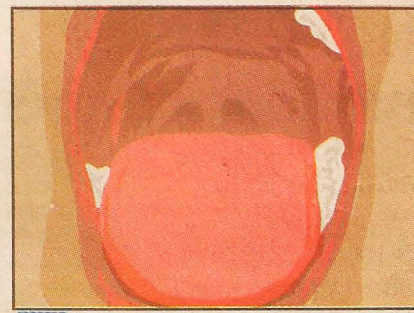
**4** Observe se existem alterações nas papilas (pequenas bolinhas sobre a língua)



**5** Observe se existem manchas ou feridas no céu da boca



**6** Desloque a língua para o lado e afaste a bochecha. Observe a lateral da mucosa em ambos os lados



**7** Diga AAA prolongadamente para facilitar a visão da garganta