

Saúde bucal PRECÁRIA eleva risco de ALZHEIMER

Abrangente revisão científica identifica "eixo boca-cérebro", no qual a boca serve como regulador importante de processos inflamatórios que afetam o sistema nervoso central. Periodontite é preocupação central

» ISABELLA ALMEIDA

A saúde da boca pode desempenhar um papel decisivo no desenvolvimento da doença de Alzheimer. É o que revela uma ampla revisão científica publicada recentemente na revista *Microorganisms*, que identifica a disbiose da microbiota oral e a periodontite como fatores de risco modificáveis capazes de contribuir ativamente para a progressão da neurodegeneração. A pesquisa incluiu a participação do cientista brasileiro Gabriel César Dias Lopes, do departamento de neurociência e saúde mental da Logos University International, nos Estados Unidos.

O estudo reúne evidências moleculares, experimentais e epidemiológicas para sustentar a existência de um “eixo boca-cérebro”. Segundo os autores, a cavidade oral não deve ser vista somente como um local isolado de infecções, mas como um importante regulador de processos inflamatórios que podem afetar o sistema nervoso central.

Historicamente, a pesquisa sobre Alzheimer se concentra no estudo do acúmulo de proteínas no cérebro. No entanto, o novo trabalho reforça que a inflamação periférica crônica também exerce um papel central na doença. Nesse contexto, a saúde bucal surge como um elemento-chave dentro do eixo oral-intestino-cérebro.

Conforme a neurologista do Hospital Anchieta Josiane Duarte, a doença de Alzheimer é causada por uma sequência de eventos fisiopatológicos complexos e multifatoriais. “Nesse cenário, a inflamação e a disfunção do sistema imunológico têm um papel fundamental. Dessa forma, a saúde bucal precária contribui para o aceleração desse processo, gerando incapacidade e comprometimento da qualidade de vida dos pacientes.”

De acordo com a revisão, o desequilíbrio da microbiota oral, comum em casos de periodontite grave — infecção das gengivas e tecidos de suporte dos dentes —, favorece a proliferação de bactérias patogênicas, com destaque para a *Porphyromonas gingivalis*. Esse microrganismo é capaz de liberar lipopolissacarídeos e enzimas proteolíticas conhecidas como

Minervino Júnior/CB/D.A.Press



Dentistas extraem dente inflamado de paciente em UPA do Recanto das Emas: saúde da boca pode ter grande impacto na neurodegeneração

Palavra de especialista

Estratégia de prevenção

Um ponto extremamente relevante que o artigo reforça é a mudança de paradigma sobre como enxergamos a saúde. A boca não é um sistema isolado. A pesquisa consolida o conceito do 'eixo boca-intestino-cérebro', mostrando que o que acontece na cavidade oral tem consequências diretas em órgãos

distantes, como o cérebro. Isso significa que cuidar dos dentes e da gengiva vai muito além da estética ou de evitar dor de dente; é um ato de cuidado com a saúde geral e, notavelmente, uma estratégia de prevenção neurológica. A ideia de

Arquivo pessoal



que uma boa higiene bucal e visitas regulares ao dentista podem ser ferramentas para proteger nosso cérebro do Alzheimer é poderosa. Isso coloca o cirurgião-dentista como um agente importante na promoção da saúde neurológica e na abordagem

multidisciplinar do envelhecimento saudável. A saúde começa, literalmente, pela boca.

Marcos Alexandre Carvalho Alves, coordenador da neurologia do Hospital Mater Dei Goiânia e especialista em doença de Parkinson

Impactos clínicos

Alzheimer. A inflamação iniciada na cavidade oral pode se tornar sistêmica, alcançando o cérebro e desencadeando ativação microglial, estresse oxidativo e disfunção mitocondrial, processos diretamente ligados à neurodegeneração.

Conforme a revisão, estudos epidemiológicos já indicam que a perda dentária e a doença periodontal aumentam de forma significativa o risco de Alzheimer. A partir dessas

evidências, os autores defendem que os cuidados com a saúde bucal são uma oportunidade concreta de prevenção e mitigação da doença.

Entre as estratégias sugeridas pelos pesquisadores, estão o desenvolvimento de biomarcadores

precoces, a partir da saliva e do fluido gengival, que podem permitir diagnósticos menos invasivos. Além disso, alterações em proteínas antimicrobianas e no perfil microbiano já foram identificadas em pacientes com Alzheimer.

No campo terapêutico, ganham destaque abordagens voltadas à modulação da microbiota. Entre elas estão intervenções como uso de enxaguatórios antimicrobianos, inibidores de gingipainas e vacinas contra a *P. gingivalis*. Também são citadas alternativas intestinais, incluindo o uso de probióticos, que têm mostrado melhorias modestas na cognição e na inflamação, além da adesão a dietas comumente associadas à redução do risco de demência. O transplante de microbiota fecal, ainda em fase inicial de pesquisa, também apresentou resultados promissores em modelos experimentais e relatos clínicos preliminares, segundo os cientistas.

Cuidado especializado

Segundo o cirurgião dentista e bucomaxilofacial do Hospital Mater Dei Goiânia Leonardo Andrade, pacientes com demência precisam de atenção extra com a higiene oral. “À medida que o Alzheimer avança, tarefas básicas como escovar os dentes ficam mais difíceis. Sem ajuda, essas pessoas ficam mais vulneráveis a infecções e inflamações bucais. Por isso, o acompanhamento de cuidadores e visitas regulares ao dentista são fundamentais para preservar a saúde e a qualidade de vida.”

Para a cirurgiã-dentista e professora da Faculdade São Leopoldo Mandic, em Brasília, Bruna Conde, a área da odontologia está vivendo uma mudança de paradigma. “Não somos mais somente ‘dentistas’, somos profissionais preventivos e educadores da saúde. A conexão boca-cérebro nos coloca em uma posição única de prevenção primária de doenças neurodegenerativas. Acredito que em breve veremos protocolos onde o acompanhamento periodontal será parte integral da prevenção do Alzheimer, assim como o controle da pressão arterial e colesterol.”

SAÚDE CEREBRAL

Seis sintomas predizem demência 20 anos antes

Meia dúzia de sintomas durante a vida adulta identificam o risco de demência com mais de duas décadas de antecedência. É o que revela um novo estudo liderado por pesquisadores da University College London (UCL). A depressão na meia-idade tem sido considerada um fator de risco para declínio cognitivo na velhice. Agora, as descobertas publicadas na revista *The Lancet Psychiatry* sugerem que essa relação é alimentada por um pequeno conjunto de ocorrências específicas, e não pela condição em geral.

Conforme os pesquisadores, os sintomas são: perder a confiança em si; ser incapaz de encarar os problemas; não sentir carinho e afeto pelos outros; ficar nervoso e tenso o tempo todo; estar insatisfeito com como as tarefas são executadas; ter dificuldades de concentração. Os cientistas afirmam que focar nessas seis questões ao tratar pacientes com depressão na meia-idade pode reduzir o risco de desenvolverem demência mais tarde na vida, mas que são necessárias mais pesquisas sobre essa relação.

Autor principal e professor da UCL, Philipp Frank afirma que esses seis sintomas comuns que muitas pessoas experimentam na meia-idade. “Eles parecem conter informações

importantes sobre a saúde cerebral a longo prazo. Prestar atenção a esses padrões pode abrir novas oportunidades para a prevenção precoce.”

Buscando respostas

Conforme o neurologista do Hospital Brasília, da Rede Américas, Carlos Uribe, a relação entre depressão e demência é complexa. “Pode ser que, na verdade, a depressão seja a primeira manifestação de um quadro demencial. São relações bem complicadas, que, com esse tipo de estudo, estão tentando se desvendar. É provável que eles planejem fazer alguma nova coorte [grupo de pessoas para um estudo] ou, inclusive, algum tipo de estudo experimental mesmo, quase experimental, onde consigam controlar algumas variáveis e saber melhor se essa associação se mantém ou não.”

Para o trabalho, os pesquisadores analisaram dados de 5.811 adultos de meia-idade que participaram do estudo Whitehall II. Os sintomas depressivos foram avaliados entre 1997 e 1999, utilizando um questionário que abrangia 30 sintomas comuns. O estado de saúde dos voluntários foi então acompanhado por 25 anos. Durante esse período, 10,1%

Reprodução/FreePress



Ideia é identificar risco o quanto antes, para possibilitar envelhecimento com mais saúde

desenvolveram demência.

As análises evidenciaram que os participantes classificados como deprimidos — aqueles que relataram cinco ou mais sintomas — na meia-idade apresentaram um risco 27% maior de desenvolver demência posteriormente. No entanto, esse

aumento foi impulsionado inteiramente pelos seis sintomas específicos. Em particular, a perda de autoconfiança e a dificuldade em lidar com problemas foram associadas a uma elevação de aproximadamente 50% nas chances de declínio cognitivo.

Palavra de especialista

Mais estudos

Arquivo pessoal



Muitos trabalhos mostram que é mais produtivo focar em sintomas específicos da síndrome depressiva, em vez de tratar a depressão como um bloco único. Isso porque essa é uma condição extremamente heterogênea. O estudo em questão tem o mérito de analisar isso. No entanto, trata-se de um trabalho populacional, não clínico. Ou seja, utiliza instrumentos gerais de avaliação de sintomas depressivos aplicados a uma população muito ampla. Com isso, perde em detalhamento clínico, mas ganha em robustez estatística, tanto pela quantidade de pessoas analisadas

quanto pelo longo período de acompanhamento para observar o desfecho de demência. Na prática clínica, bons estudos revelam que os sintomas mais fortemente associados ao desenvolvimento de demência são justamente aqueles ligados à apatia e à lentificação cognitiva, como dificuldades executivas, problemas de concentração e de realização de tarefas.

Lucas Mella, psiquiatra, especialista em psicogeriatria e diretor científico da Associação Brasileira de Alzheimer SP

são importantes para manter a reserva cognitiva — ou seja, a capacidade do cérebro de lidar com danos ou doenças, permitindo que você mantenha o pensamento e o funcionamento normais mesmo quando o cérebro é afetado fisicamente. (Isabella Almeida)