

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 08, 2025

Úlceras orais

As úlceras na boca podem ser dolorosas, especialmente se você continuar com elas. Felizmente, existem tratamentos que podem ajudar as úlceras na boca a se curarem mais rapidamente e doerem menos.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico ou farmacêutico e decidir quais tratamentos são adequados para você.

O que são úlceras na boca?

Existem vários tipos de úlcera na boca. Mas as mais comuns, e as que abordamos aqui, são pequenas feridas acinzentadas/brancas dentro da boca, nas quais a camada superior da pele está danificada. Os médicos chamam essas úlceras bucais comuns de úlceras **aftosas**.

É possível obter mais de um por vez. Eles podem aparecer na parte interna das bochechas, nos lábios e na língua. A úlcera geralmente é vermelha ao redor da borda.

Todo mundo tem úlceras na boca em algum momento da vida. Mas algumas pessoas continuam tendo úlceras na boca a cada poucos meses ou semanas, ou mesmo a cada poucos dias.

A maioria das úlceras na boca são pequenas. Eles geralmente têm menos de 5 milímetros (um quinto de polegada) de diâmetro. Eles geralmente cicatrizam depois de uma semana ou duas. Algumas pessoas têm úlceras maiores e demoram mais para cicatrizar. Úlceras maiores também podem deixar cicatrizes.

Você também pode ter muitas úlceras pequenas e dolorosas chamadas úlceras herpetiformes. Sua causa exata não é conhecida.

Na verdade, ninguém sabe realmente o que causa a maioria das úlceras. Mas talvez você tenha mais chances de obtê-los se:

- você tem muito pouco ferro, ácido fólico ou vitamina B-12 no sangue. Às vezes, as úlceras na boca podem ser causadas pela falta de vitamina C, especialmente em pessoas idosas.
- você é sensível ao glúten, que é uma proteína encontrada no trigo (a sensibilidade ao glúten é chamada de doença celíaca).

Úlceras orais

- você machuca a boca (por exemplo, mordendo a parte interna da bochecha ou roçando-a com um dente afiado).
- eles são da sua família.

Algumas pessoas parecem ter úlceras depois de comer ou beber certas coisas: por exemplo, chocolate, café e amendoim.

Em um pequeno número de pessoas, as úlceras são causadas por infecções ou outras doenças. Se você tem úlceras maiores do que alguns milímetros, elas podem estar sendo causadas por outra condição, e você deve consultar seu médico.

Se você tiver outros sintomas com úlceras na boca, como febre, dor de estômago, perda de peso ou úlceras em outras partes do corpo, informe seu médico. Pode ser um sinal de que você tem outra condição.

Quais são os sintomas?

As úlceras na boca podem ser muito doloridas. Comer ou conversar pode piorar a dor. Se você costuma ter dificuldade em comer por causa de úlceras na boca, você precisa tomar cuidado para não perder muito peso.

Se seu filho tem úlceras e se recusa a comer, seu médico pode sugerir maneiras de obter nutrientes suficientes.

Quais tratamentos funcionam?

Enxaguatório bucal antisséptico

A clorexidina é um antisséptico que pode tornar as úlceras menos dolorosas e desaparecer mais rapidamente. Mas não temos certeza se isso pode impedir que você tenha ataques repetidos de úlceras.

A clorexidina pode causar efeitos colaterais leves em algumas pessoas. Por exemplo, algumas pessoas não gostam do sabor e outras dizem que isso faz com que se sintam um pouco doentes. Se você usá-lo todos os dias, ele pode manchar seus dentes e língua de marrom. Essa descoloração deve desaparecer quando você parar de usá-la.

Você deve deixar um intervalo de pelo menos 30 minutos entre o uso de clorexidina e o uso de creme dental.

A hexetidina e o timol são outros enxaguatórios bucais antissépticos, mas não parecem ter nenhum efeito nas úlceras bucais.

Enxaguatórios bucais com esteróides

Alguns medicamentos esteróides (o nome completo é corticosteróides) podem tornar suas úlceras menos dolorosas e curá-las mais rapidamente. Mas não está claro se eles ajudarão você a ter úlceras com menos frequência.

Esses medicamentos esteróides vêm como enxaguatórios bucais, cremes, pastas, sprays e pastilhas. Você pode comprar alguns deles nas farmácias. Para outros, você precisará de uma receita do seu médico ou dentista.

Úlceras orais

Os esteróides para úlceras na boca foram projetados para que muito pouco do medicamento entre no resto do corpo, portanto, os efeitos colaterais são raros. Ocasionalmente, eles podem causar uma infecção na boca chamada candidíase.

Analgésicos que você coloca nas úlceras na boca

Você pode colocar alguns analgésicos diretamente nas úlceras bucais. Eles vêm como enxaguatórios bucais, sprays, pastilhas e géis. Eles devem ajudar a reduzir a dor causada por uma úlcera, mas talvez seja necessário reaplicá-los, pois podem desaparecer facilmente.

Você pode comprar a maioria deles em uma farmácia. Você deve ler atentamente as instruções, pois algumas não são recomendadas para menores de 16 anos.

Coisas que você pode fazer por si mesmo

Aqui estão algumas coisas que você pode tentar que podem ajudá-lo quando você tem úlceras na boca e que podem ajudá-lo a evitar mais úlceras na boca:

- Certifique-se de limpar os dentes adequadamente, três vezes ao dia, para evitar infecções.
- Pergunte ao dentista qual o tamanho da escova de dentes que você deve usar. A escova de tamanho errado pode causar arranhões e outros ferimentos na boca que podem causar úlceras na boca.
- Evite bebidas ácidas, como sucos de frutas ou refrigerantes, ou beba-as com um canudo para que não irrite a boca.
- Evite alimentos muito picantes e alimentos picantes, como batatas fritas, que podem coçar sua boca.

O que vai acontecer comigo?

Se suas úlceras na boca continuarem voltando, ou se você tiver uma úlcera que leva mais de uma semana para cicatrizar, consulte seu dentista ou médico.

Ter ataques repetidos de úlceras pode ser angustiante. Você pode tomar analgésicos, como ibuprofeno ou paracetamol, para ajudar com a dor.

As úlceras na boca são mais comuns em adolescentes e adultos jovens. Você pode descobrir que os recebe com menos frequência à medida que envelhece.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

