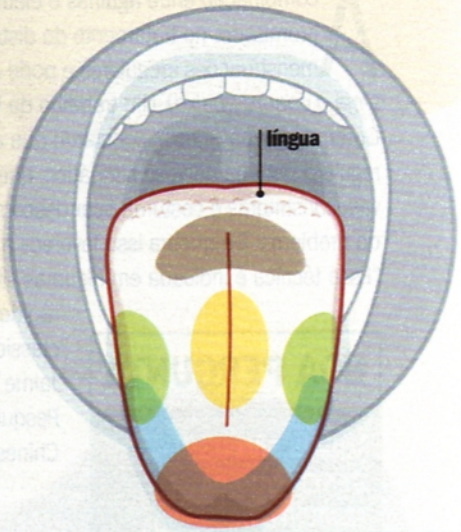
O que acontece na boca ao longo e depois da **mastigação?**

1 Paladar e cheiro

As papilas gustativas ao redor da língua percebem os quatro sabores e o centro registra a textura e a temperatura dos alimentos. O nariz capta as moléculas de cheiro, que ativam receptores específicos e contribuem para o paladar.



- **PONTA:** sabor doce
- **PONTA E LATERAIS:** salgado
- **LATERAIS:** azedo
- **FUNDO:** amargo
- **CENTRO:** textura e temperatura

moléculas de cheiro

PH **BUCAL**

Depois da mastigação, restos de alimentos deixados entre os dentes, por exemplo, sofrem degradação e fermentação. Isso, associado aos dejetos de bactérias, torna o pH da boca, que era alcalino, mais ácido.

HORA DA **LIMPEZA**

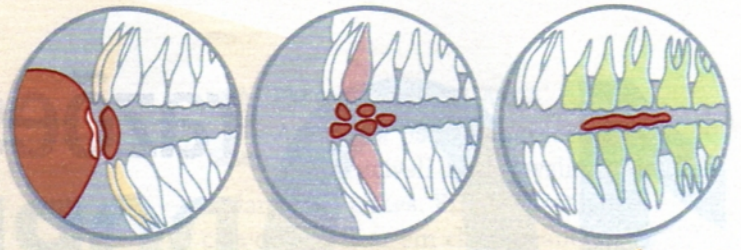
A higiene é fundamental para remover restos de alimentos que podem se tornar um banquete para bactérias nada favoráveis à saúde bucal. Esses micro-organismos se alimentam e depois excretam ácidos que desgastam os dentes.

INFOGRÁFICO THIAGO LYRA E CECÍLIA ANDRADE
FOTO EDUARDO SVEZIA / PRODUÇÃO ALÊ RAVIZZA
CABELO E MAQUIAGEM JOÃO SIGNORINI

[Por Amanda Polato]

2 Dentes

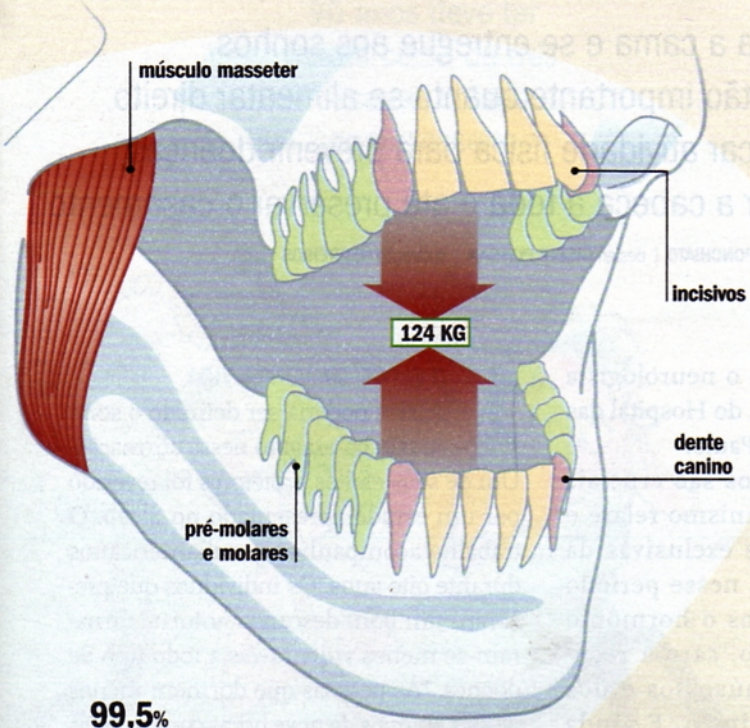
Eles transformam a comida em pedaços menores. Cada um dos dentes tem um papel diferente nesse processo. Enquanto isso, a trituração estimula a ação das enzimas que dão início à digestão.



INCISIVOS cortam

CANINOS perfuram e rasgam

MOLARES E PRÉ-MOLARES moem

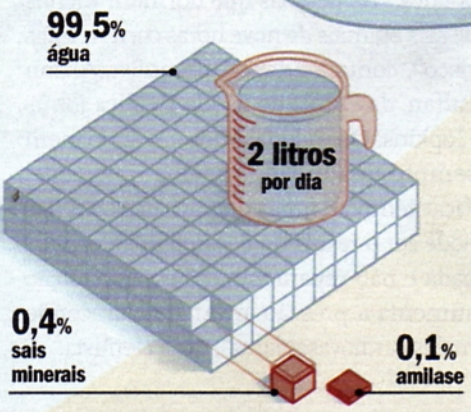


3 Mastigação

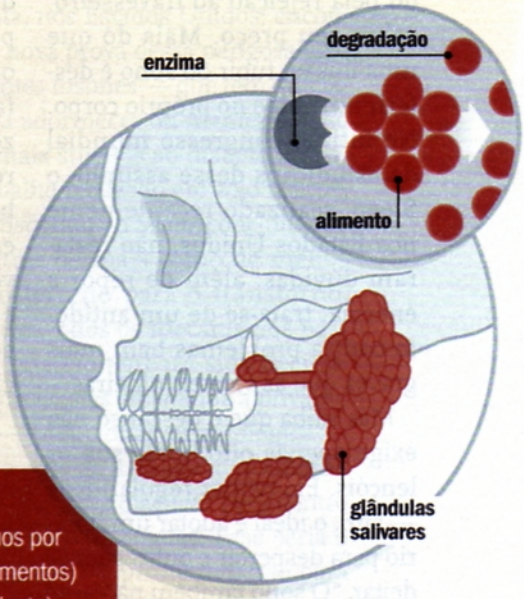
Ao todo, 34 músculos participam desse movimento. A mandíbula tem os músculos mais fortes do corpo, os masseteres, capazes de produzir uma pressão de 124 quilos. Tudo para fragmentar bem o que se come.

4 A ação da saliva

Ela é essencial para mastigar, sentir o gosto e engolir cada bocado de comida, já que ajuda a lubrificar o que consumimos. Sua enzima, a amilase salivar, inicia a degradação de carboidratos, como o amido, um pontapé inicial para a quebra dessas moléculas.



Produzimos até 2 litros de **saliva** por dia. Ela é composta de 99,5% de água, 0,1% de amilase, uma enzima, e o restante de sais minerais. Secretada continuamente por glândulas da boca, seu fluxo aumenta quando observamos um prato delicioso. Você realmente fica com água na boca.



PLACA DENTAL
Em cada milímetro quadrado dela há 1 milhão de bactérias. E os carboidratos favorecem a sua formação.

MAU HÁLITO
Depois de comerem, as bactérias liberam gases de cheiro ruim por causa do componente sulfuroso.

ESCOVAÇÃO
A remoção dos resíduos por ação mecânica (movimentos) e química (pasta de dente) neutraliza o pH da boca.

FONTES: ANDRÉA VIEIRA, GASTROENTEROLOGISTA DA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA SANTA CASA DE SÃO PAULO, CARMEM S. PICCHIONI, ODONTOLOGISTA DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS, HÉRCIO CUNHA, GASTROENTEROLOGISTA DA PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE CAMPINAS, JAIME ZALABEK GIL, GASTROENTEROLOGISTA CLÍNICO, WILSON MESTRINER JUNIOR, DA FACULDADE DE ODONTOLOGIA DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO, CAMPUS RIBEIRÃO PRETO.