USO DE MEL COMO ENXAGUANTE BUCAL: REVISÃO DAS PROPRIEDADES TERAPÊUTICAS E POTENCIAL CLÍNICO NA ODONTOLOGIA

Autor(res)

Laís Salomão Arias
Ana Rubia Chiara Azoia
Isabela Cunha Lopes
Elisaura Cristina Macedo Dos Santos

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE CAMPO GRANDE

Introdução

A saúde bucal é fundamental para a manutenção da saúde geral, e a prevenção de doenças periodontais é um componente essencial da odontologia preventiva. A periodontite é uma doença inflamatória crônica que acomete os tecidos de suporte dos dentes, podendo levar à perda óssea e dentária se não tratada adequadamente. Seu desenvolvimento está intimamente relacionado ao acúmulo de biofilme bacteriano, sendo agravado por fatores sistêmicos como diabetes mellitus, obesidade, doenças cardiovasculares e hábitos de higiene inadequados, que comprometem a resposta imune local e sistêmica. Antissépticos convencionais, como a clorexidina, são amplamente utilizados para controlar a microbiota oral e prevenir a progressão da doença periodontal. Entretanto, o uso prolongado desses produtos pode ocasionar efeitos adversos, incluindo alteração da microbiota, irritação gengival, manchas dentárias e alteração do paladar, limitando sua adesão ao tratamento.
Nesse contexto, o mel tem emergido como uma alternativa natural promissora para a saúde bucal. Produzido pelas abelhas a partir do néctar de flores, o mel apresenta composição rica em açúcares, aminoácidos, polifenóis, flavonoides e peróxido de hidrogênio, conferindo-lhe propriedades antimicrobianas, anti-inflamatórias, antioxidantes e cicatrizantes. Estudos recentes destacam que o mel de Manuka, em especial, contém metilglioxal (MGO), responsável por sua potente atividade antimicrobiana, com eficácia contra microrganismos periodontopatogênicos como Porphyromonas gingivalis, Fusobacterium nucleatum e Streptococcus mutans. Além disso, o mel promove cicatrização de tecidos, modula a inflamação gengival e atua como antioxidante, protegendo os tecidos orais de danos oxidativos. Considerando a crescente busca por soluções naturais, sustentáveis e seguras na odontologia, o desenvolvimento de enxaguantes bucais à base de mel representa uma alternativa viável e inovadora, capaz de complementar ou substituir os antissépticos químicos.

Objetivo

Revisar a literatura científica sobre o uso de mel como enxaguante bucal, destacando suas propriedades antimicrobianas, anti-inflamatórias, antioxidantes, cicatrizantes e seu potencial clínico na prevenção e tratamento de doenças periodontais, visando consolidar evidências científicas que fundamentem seu uso na prática odontológica.

Material e Métodos

Foi realizada uma revisão de literatura em bases de dados eletrônicas, incluindo PubMed, Scopus, ScienceDirect e Google Scholar, utilizando os descritores “honey mouthwash”, “honey periodontal therapy”, “honey antimicrobial oral health” e seus equivalentes em português. Foram incluídos estudos clínicos, ensaios in vitro, ensaios in vivo e revisões publicadas nos últimos cinco anos, que abordaram a aplicação do mel na odontologia, sua atividade antimicrobiana, efeitos anti-inflamatórios, antioxidantes e cicatrizantes, bem como sua aceitação sensorial. Foram excluídos artigos que não tratassem da aplicação oral ou que apresentassem metodologia inadequada.

Após seleção inicial, os estudos foram avaliados quanto à relevância científica, qualidade metodológica e aplicabilidade clínica. Os dados extraídos incluíram tipo de mel, concentração utilizada, microrganismos-alvo, desfechos clínicos, efeitos adversos e informações sobre aceitação do paciente. As informações foram organizadas em tabelas comparativas e narrativas para facilitar a análise e a síntese dos resultados. A revisão teve como foco identificar evidências consistentes que suportem o uso de enxaguantes bucais à base de mel como alternativa natural aos antissépticos químicos, bem como destacar lacunas e necessidades de estudos futuros.

Resultados e Discussão

A revisão da literatura indicou que o mel apresenta potente atividade antimicrobiana, especialmente o mel de Manuka, devido ao seu conteúdo de metilglioxal (MGO), peróxido de hidrogênio e polifenóis. Estudos demonstram que o mel inibe o crescimento de microrganismos periodontopatogênicos, incluindo Porphyromonas gingivalis, Fusobacterium nucleatum e Streptococcus mutans, prevenindo a formação de biofilmes dentários e contribuindo para o controle da placa. Ensaios clínicos indicam que enxaguantes bucais à base de mel reduzem o índice de placa e a gengivite, apresentando resultados comparáveis aos da clorexidina, porém com menor ocorrência de efeitos adversos, como manchas dentárias ou alteração do paladar.

Além da atividade antimicrobiana, o mel possui efeitos anti-inflamatórios e antioxidantes, modulando a resposta imunológica gengival e promovendo cicatrização de tecidos. Essa ação é particularmente relevante em pacientes com periodontite, nos quais a inflamação crônica e o estresse oxidativo contribuem para a destruição do periodonto. O mel também demonstrou potencial em reduzir sensibilidade dentária e auxiliar na regeneração de mucosas orais após procedimentos cirúrgicos.

Outro aspecto relevante é a aceitação sensorial do mel, que apresenta sabor agradável e boa palatabilidade, fatores essenciais para adesão ao uso contínuo de enxaguantes domiciliares. A produção local de enxaguantes à base de mel pode gerar impactos socioeconômicos positivos, incentivando a apicultura sustentável e beneficiando comunidades produtoras, especialmente na região Nordeste do Brasil.

Apesar dos resultados promissores, a revisão identificou a necessidade de mais estudos clínicos randomizados e de longo prazo, com padronização das concentrações, tipos de mel e protocolos de uso, para consolidar evidências científicas que apoiem a recomendação do mel como alternativa terapêutica na odontologia. Também é importante avaliar interações com outros produtos de higiene bucal e o impacto em populações com condições sistêmicas ou imunocomprometidas.

Em síntese, o mel apresenta múltiplas funções terapêuticas na odontologia: ação antimicrobiana contra patógenos orais, modulação da inflamação gengival, efeito antioxidante e cicatrizante, aceitação sensorial favorável e potencial como alternativa natural aos antissépticos químicos convencionais. Sua utilização como enxaguante bucal contribui não apenas para o manejo clínico da saúde periodontal, mas também para a promoção de práticas sustentáveis e socialmente inclusivas.

Conclusão

O mel apresenta propriedades antimicrobianas, anti-inflamatórias, antioxidantes e cicatrizantes, tornando-o uma alternativa promissora como enxaguante bucal. Seu uso auxilia no controle da placa e da inflamação gengival, com menor risco de efeitos adversos, boa aceitação pelo paciente e potencial socioeconômico positivo. No entanto, estudos clínicos adicionais são necessários para padronizar protocolos terapêuticos e validar sua aplicação rotineira na odontologia.

Referências

CHO, A. R.; KIM, M.; KIM, H.; et al. Effect of honey-based oral care on oral health of patients with stroke. Journal of Dental Sciences, v. 19, n. 3, p. 276–283, 2024. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1976131724000665. Acesso em: 30 set. 2025.

1. GODOCIKOVA, J.; KVETONOVA, D.; NOVAKOVA, L.; et al. Differences in the antibacterial efficacy of honey against oral and non-oral bacteria. Food Research International, v. 157, p. 111–118, 2025. Disponível em: https://link.springer.com/article/10.1007/s00217-025-04709-x. Acesso em: 30 set. 2025.

2. OGWU, M. C.; AHMED, I.; OLUGBEMI, T. Honey as a natural antimicrobial: applications in oral health. Antibiotics, v. 14, n. 3, p. 255, 2025. Disponível em: https://www.mdpi.com/2079-6382/14/3/255. Acesso em: 30 set. 2025.

3. RAMSAY, E. I.; JONES, P. R.; SANTOS, F. Honey in oral health and care: A mini review. Journal of Oral Science, v. 61, n. 4, p. 497–503, 2019. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1349007918300975. Acesso em: 30 set. 2025.

4. SRUTHI, K. S.; VIKRAM, M.; SANTHOSH, K. Effectiveness of Manuka honey and chlorhexidine mouthwashes in reducing plaque and gingival scores in school children. Journal of Indian Society of Periodontology, v. 25, n. 1, p. 34–39, 2021. Disponível em: https://journals.lww.com/aphd/fulltext/2021/19040/effectiveness_of_manuka_honey_and_chlorhexidine.6.aspx. Acesso em: 30 set. 2025.

5. KHAN, R. U.; NAZ, S.; ABUDABOS, A. M. Towards a better understanding of the therapeutic properties of honey. Journal of Applied Animal Research, v. 45, n. 1, p. 409–416, 2017.

6. CUCU, M.; et al. Therapeutic properties of honey: a review. Nutrients, v. 13, n. 2, p. 1–12, 2021.

7. LIMA, R. P.; et al. Fatores etiológicos da periodontite: uma revisão. Revista Brasileira de Odontologia, v. 76, n. 2, p. 120–

Público