



O hálito é o ar emitido durante a expiração pela boca e pelo nariz. Um hálito anormal – mau hálito ou halitose – corresponde a um odor desagradável proveniente da boca ou do nariz. Pode ser o sintoma de uma patologia local ou geral.

A halitose é o termo científico utilizado para designar o mau hálito. Deriva da palavra latina "halitus", ou seja, hálito, e do sufixo grego "osis" que refere um estado anormal ou mórbido. A halitose consiste deste modo na alteração anormal do hálito, alteração que torna este último desagradável.

A halitose pode ser transitória, estando ela então relacionada com alterações passageiras do ambiente bucal (o mau hálito da manhã, o mau hálito relacionado com certos alimentos ingeridos – cebola, alho, tabaco, café, entre outros muitos) ou de longo prazo provocada nestes casos por desordens sistemáticas locais ou gerais (afecções digestivas, pulmonares, endócrinas...). Os indivíduos que pensam ter mau hálito sem razão sofrem de halitofobia e utilizam em geral produtos para esconder a sua suposta halitose. Existe, hoje em dia, instrumentos que permitem avaliar o hálito de uma pessoa, sendo que um exame clínico é muitas vezes suficiente para os halitofóbicos. Contudo, existem casos em que é preciso recorrer a um apoio psicológico.

A halitose pode de facto provocar imensos danos em termos sociais. Inclui assim um aspecto anti-social que da origem a um certo mal-estar, um certa vergonha, quer para quem tem mau hálito, como para quem convive com pessoas que sofrem de halitose.

Até recentemente, era extremamente difícil estabelecer um diagnóstico e desse modo encontrar uma terapêutica. Encontrar as causas de mau hálito podia revelar-se muito complicado, o que fomentava de certa forma um sentimento de desalento, no paciente e no profissional de saúde.

No entanto, esta frustração tem vindo a diminuir, visto terem sido feitos inúmeros progressos em termos de recursos tecnológicos especializados. O diagnóstico e o tratamento da halitose conheceram assim de forma notória na última década.