

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

DIÁLOGOS DA SAÚDE COM A EDUCAÇÃO

Anna Lúcia Melo Igdal
Viviane Elisângela Gomes

Efigênia Ferreira e Ferreira
Isabela Almeida Pordeus

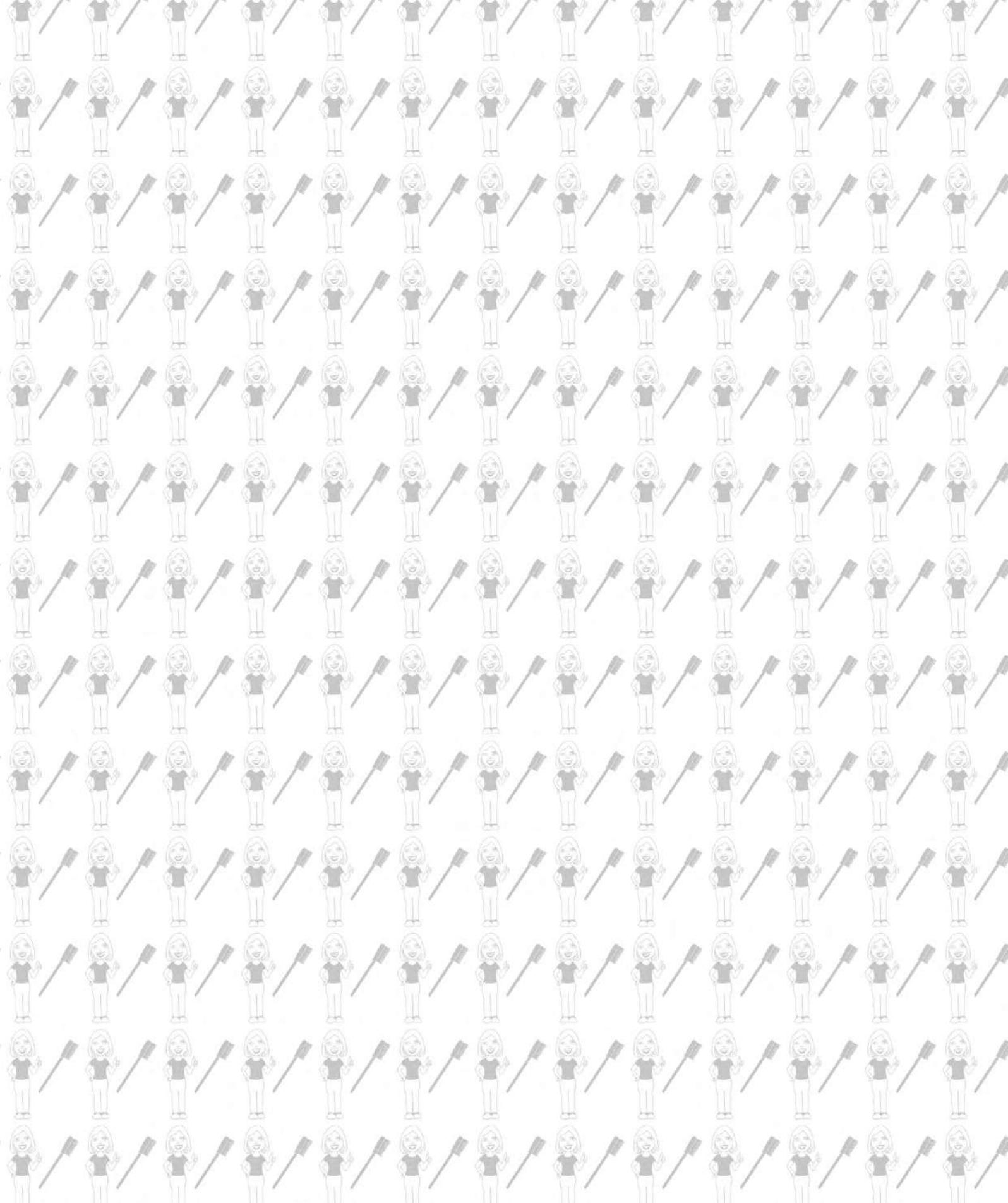
UFMG

FAO
FACULDADE DE
ODONTOLOGIA

Colegiado de
Pós-Graduação
em Odontologia

Saúde
COLETIVA





UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE ODONTOLOGIA

Anna Lúcia Melo Igdal
Viviane Elisângela Gomes
Efigênia Ferreira e Ferreira
Isabela Almeida Pordeus

**Saúde bucal na escola:
diálogos da saúde com a educação**

1ª edição
Belo Horizonte
FOUFG
2017

Obra publicada pela Universidade Federal de Minas Gerais

Faculdade de Odontologia

Departamentos de Odontopediatria e Ortodontia e Odontologia Social e Preventiva

Programas de Pós-Graduação em Odontologia e Odontologia em Saúde Pública

Texto: Anna Lúcia Melo Igdal, Viviane Elisângela Gomes, Efigênia Ferreira e Ferreira,

Isabela Almeida Pordeus

Fotos: Viviane Elisângela Gomes

Ilustrações: Amanda Isabela Firmino Gomes

Projeto gráfico, editoração eletrônica: TARS arts

Revisão do texto: Jussara Tavares A. Blom Gurgel

Revisão gráfica: Jorge Eustáquio de Campos Filho

FICHA CATALOGRÁFICA

S255
2017 Saúde bucal na escola [recurso eletrônico]: diálogos da saúde com a educação / Anna Lúcia Melo Igdal ...[et al]. – Belo Horizonte: FOUFG, 2017.
80 p.: il.

Outros autores: Viviane Elisângela Gomes, Efigênia Ferreira e Ferreira, Isabela Almeida Pordeus

Modo de Acesso: World Wide Web
ISBN: 978-85-93368-11-0

1. Saúde escolar. 2. Saúde bucal. 3. Promoção da saúde. I. Igdal, Anna Lúcia Melo. II. Gomes, Viviane Elisângela. III. Ferreira, Efigênia Ferreira e. IV. Pordeus, Isabela Almeida.

BLACK – D5

Autoras



Anna Lúcia Melo Igdal
Aluna do Mestrado
Profissional do Programa
de Pós-Graduação em
Odontologia em Saúde
Pública da FOUFMG



Viviane Elisângela Gomes
Professora Associada
do Departamento de
Odontologia Social e
Preventiva da FOUFMG



Efigênia Ferreira e Ferreira
Professora Titular do
Departamento de
Odontologia Social e
Preventiva da FOUFMG



Isabela Almeida Pordeus
Professora Titular do
Departamento de
Odontopediatria e
Ortodontia da FOUFMG

Co-autores

Escola Municipal Vicente Estevão dos Santos

Adriana Aparecida Januário

Ana do Pilar Silva

Ana Patrícia dos Anjos Cássia

Ana Neri Bernardes

Elaine Delamare Ferreira de Souza

Giselle Goulart

Graziella Ferreira Souza

Humberta Lúcia das Graças

Ilca Maria Amorim

Jussara Tavares A. Blom Gurgel

Kelly Adaid Rodrigues Gloor

Maria Luiza Silva Machado

Rafael Freitas de Abreu

Sueli Pinto Rodrigues

Valeria Regina Oliveira Silva

Colaboradores

Escola Municipal César Rodrigues

Diretora

Kátia Sueli Gonçalves

Professoras

Angela de Fátima Fito Silva

Águida Aparecida da Cruz Tavares

Cláudia Fernanda Santos

Luciana Cunha Longuinhas Pinto

Maria Nazaré de Mello Gomes

Escola Municipal Vicente Estevão dos Santos

Diretora

Juliane Silva Bernardo Gonçalves

Supervisoras

Andrea Luciana Ferreira

Virginia Stela dos Santos Oliveira

Apoio

Conselho Regional de Odontologia de Minas Gerais (CRO-MG)

Departamento de Odontologia da Secretaria Municipal de Saúde de Nova Lima

Secretaria Municipal de Educação de Nova Lima

CAPES - Programa de Excelência Acadêmica

Agradecimentos

O desenvolvimento desse material foi resultado do empenho e trabalho em conjunto das professoras Jussara, Ana Neri, Malu, Elaine, Graziella, Kelly, Humberta, Adriana, Ilca, Ana Patrícia, Sueli, Ana do Pilar, Valéria, Gizelle, e do professor Rafael da Escola Municipal Vicente Estevão dos Santos, Nova Lima, Minas Gerais.

À Professora Juliana Fraga Soares Bombonatti, do Departamento de Dentística da Faculdade de Odontologia de Bauru da USP, por ceder o caso clínico utilizado na figura 10.

Muito obrigada a todos pela parceria, convivência e troca de saberes.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Apresentação

Este material é fruto de um projeto de pesquisa do Programa de Pós-Graduação em Odontologia em Saúde Pública, nível Mestrado Profissional, da Faculdade de Odontologia da UFMG. Esse projeto de pesquisa teve como objetivo criar um programa colaborativo para subsidiar educadores na promoção da saúde e prevenção das doenças bucais no ambiente escolar.

Trata-se de um material sobre saúde bucal, direcionado aos educadores, que foi construído em parceria com os professores do ensino fundamental da rede pública de educação de Nova Lima, Minas Gerais.

Espera-se que esse material possa ajudar o professor durante o planejamento de suas aulas. Foram desenvolvidos exercícios sobre saúde bucal que podem ser trabalhados com os estudantes em diversas disciplinas.

O livro *Saúde Bucal na Escola – Diálogos da saúde com a educação* é composto por quatro módulos e um glossário. Os três primeiros trazem fundamentos teóricos sobre a boca, suas estruturas, as principais doenças que a acometem e os principais métodos preventivos; o quarto módulo contém sugestões de atividades e exercícios relacionados à saúde bucal e o glossário traz definições das palavras que aparecem em negrito ao longo do texto.

O primeiro módulo *Conheça sua boca* aborda as partes da boca bem como suas principais funções. O segundo módulo *Saiba o que é a placa bacteriana e seus danos* apresenta o conceito de biofilme dentário (placa bacteriana) e sua relação com as principais doenças que acometem nossa boca - a cárie dentária e a doença periodontal (gengivite e periodontite). O terceiro módulo *Boca saudável, vida saudável* trata da importância de medidas preventivas, como a higiene

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

bucal e o uso dos fluoretos, no controle das principais doenças bucais. Também aborda alimentação saudável e hábitos saudáveis que contribuem para uma vida saudável, além da saúde bucal. O quarto módulo *Saúde bucal na escola: usando a criatividade* apresenta sugestões de exercícios e atividades que o professor poderá desenvolver nas suas aulas articulando a saúde bucal ao conteúdo que está sendo ensinado.

Os módulos foram organizados a partir de textos científicos, mas de forma descomplicada com as principais informações destacadas em curiosidades (Você sabia?), e referências bibliográficas (Para saber mais...).

Esperamos que você possa utilizar muito este material.

E se utilizar, fique à vontade para enviar sugestões que melhorem este material para que ele possa realmente ser sempre útil.

Nosso contato: <https://www.odonto.ufmg.br/paixao/contato/>

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Sumário

MÓDULO 1 - Conheça sua boca	11
A boca	12
Os dentes	15
O que são?	15
Quais são os tipos de dentes?	16
Quantos são?	17
Quais são as suas partes?	19
Quais os seus constituintes?	20
O periodonto	20
MÓDULO 2 - Saiba o que é a placa bacteriana e seus danos	23
Placa bacteriana	24
Cárie dentária	26
Prevenção	30
Tratamento e controle da doença	30
Doenças periodontais	32
Gengivite	32
Periodontite	33
A boca e o corpo	35
MÓDULO 3 - Boca saudável, vida saudável	38
Boca saudável, vida saudável	39
Higiene Bucal	39
A escova de dente	40
O fio dental	41
A pasta de dente	41
Como escovar os dentes	42
Como utilizar o fio dental?	44
A higienização da língua	46
O Flúor	47
Processo Des-Re	47
Qual o papel do flúor?	48
Como o flúor chega à nossa boca?	49
Com que frequência devemos usar o flúor?	50
Alimentação saudável	51
Hábitos saudáveis	53
MÓDULO 4 - Saúde bucal na escola: usando a criatividade	56
Sugestões de atividades	57
REFERÊNCIAS	75
GLOSSÁRIO	76

MÓDULO 1

Conheça sua boca

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

A boca

A boca é uma parte do nosso corpo muito importante. Com ela nos alimentamos, comunicamos e expressamos nossos sentimentos como, por exemplo, quando sorrimos.

Fazem parte da boca: os lábios, as bochechas, a língua, o palato, glândulas salivares e a saliva, os dentes, o periodonto (no qual está incluída a gengiva) e os ossos: mandíbula e maxila (FIGURA 1).

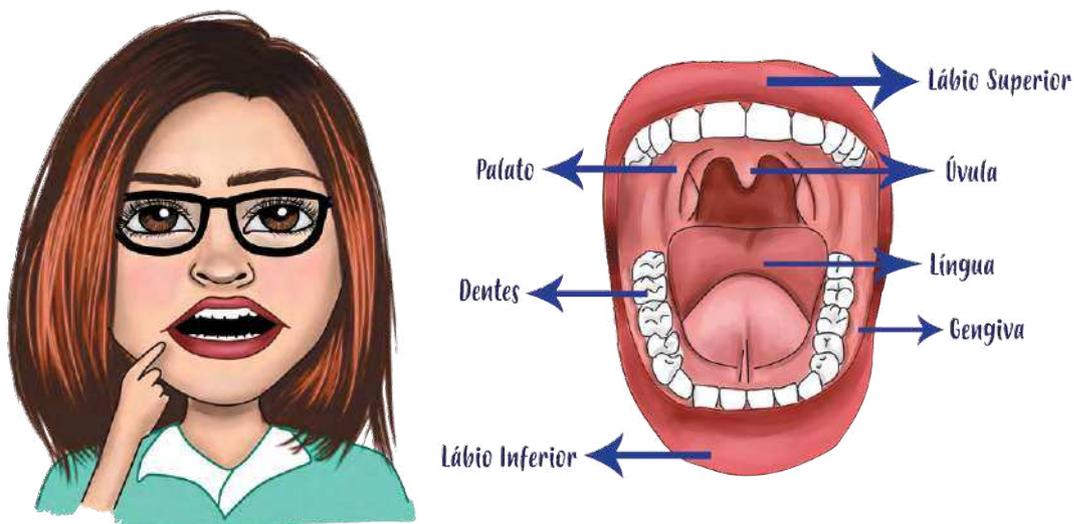


FIGURA 1 – A boca e suas partes

Os **lábios** têm como funções: proteger os dentes, ajudar na fonação (fala), sucção e deglutição.

A **língua** e as **bochechas** posicionam os alimentos sobre os dentes. A língua possui ainda outras funções, como: participar da fala, da deglutição e da gustação.

A função da gustação se dá graças às papilas gustativas que estão na parte

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

de cima da língua. Elas diferenciam o sabor amargo, azedo, salgado ou doce. Uma língua saudável tem a cor vermelha.

O **palato** é mais conhecido como céu da boca e também participa do processo de deglutição

As **glândulas salivares** são responsáveis pelo umedecimento da boca e dos alimentos mastigados por meio da produção da saliva.

A saliva é também conhecida como cuspe ou baba. É um fluido transparente e viscoso que serve para manter a boca úmida e contém várias substâncias. Ela desempenha um papel muito importante na boca, pois:

- ajuda na digestão, pois nela está a enzima digestiva amilase que atua no início da digestão;
- funciona como um lubrificante utilizado para a deglutição do bolo alimentar;
- protege os dentes, pois possui minerais que combatem os ácidos que danificam os dentes e atuam na recuperação dos minerais dos dentes e é importante para a defesa contra microrganismos invasores, pois nela existem substâncias antibacterianas e anticorpos.

A saliva é produzida dia e noite e é constantemente engolida. Entretanto há variações na quantidade produzida, a produção é muito maior durante a mastigação e diminui drasticamente durante o sono.

Além das partes já mencionadas, ainda há outras estruturas que participam das funções exercidas pela a boca, são elas: músculos, osso mandibular (mandíbula) e osso maxilar (maxila).

A **mandíbula** e a **maxila** sustentam os dentes, os músculos e demais tecidos moles da face. A parte da mandíbula e da maxila na qual se inserem os dentes chama-se **osso alveolar**.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

você
sabria?

Durante a mastigação, a produção de saliva num adulto pode chegar a 10 mL por minuto, mas durante o sono essa produção cai para aproximadamente 0,25 mL por minuto o que diminui o poder de proteção da saliva e aumenta o risco de surgirem danos nos dentes e na gengiva. Por isso, deve-se sempre realizar a higiene da boca antes de dormir.

para
saber
mais

FEJERSKOV, O; KIDD, E; NYVAD, B; BAELUM, V. Cárie dentária: a doença e seu tratamento clínico. 2ª ed. São Paulo: Santos, 2011, 615p.

[TEIXEIRA, LMS; REHER, P; REHER, VGS. Anatomia Aplicada à Odontologia. 1ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001, 372p.](#)

Os dentes

O que são?

Os dentes são estruturas mineralizadas, duras e resistentes. São muito importantes, pois realizam a mastigação dos alimentos, sustentam os tecidos moles (bochechas e lábios) e participam da fala. Além disso, possuem grande influência na estética facial e, podem ser importantes na autoestima do indivíduo.

Os homens nascem sem dentes. Entre 6 meses a 2 anos de vida nasce a primeira geração de dentes que é a **dentição** decídua. Após os cinco ou seis anos de vida esses dentes serão substituídos pela dentição permanente.

Os **dentes decíduos** são temporários. Também são chamados de dentes de leite, pois eles têm a cor branca parecida com a cor do leite.

Os **dentes permanentes**, embora não sejam substituídos, deveriam permanecer na boca por toda a vida. E para que isso ocorra, cuidados com a saúde bucal são necessários em todas as idades.

O conjunto de dentes é chamado de arcada dentária, na maxila está a arcada superior e na mandíbula a arcada inferior (FIGURA 2).

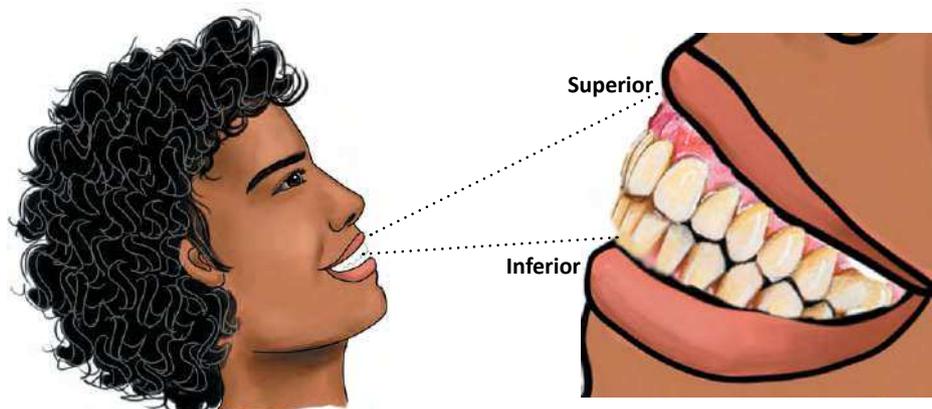


FIGURA 2 – Arcadas dentárias superior e inferior

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Quais são os tipos de dentes?

Os humanos possuem 4 tipos de dentes com funções diferentes: incisivos, caninos, pré-molares e molares (FIGURA 3). Os incisivos cortam, os caninos furam e rasgam, os pré-molares e molares esmagam e trituram os alimentos.

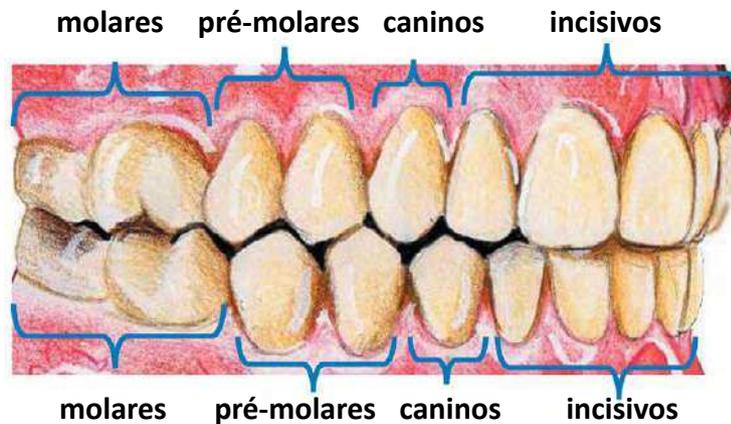
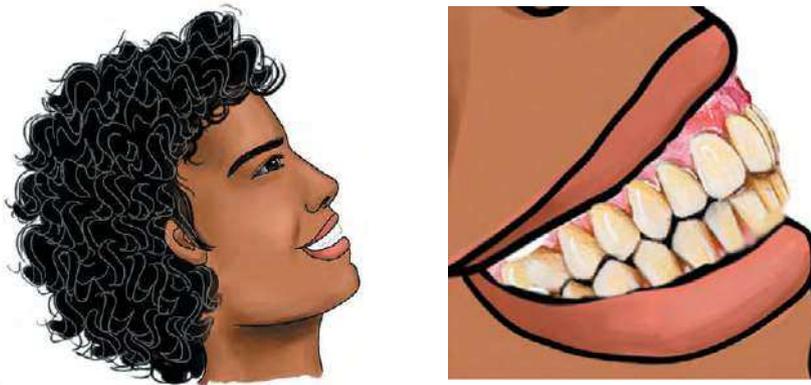


FIGURA 3 – Tipos de dentes

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Quantos são?

A **dentição** decídua é composta por 20 dentes: 8 incisivos, 4 caninos e 8 molares. A dentição decídua não possui dentes pré-molares. Possui apenas: incisivos, caninos e molares (FIGURA 4).

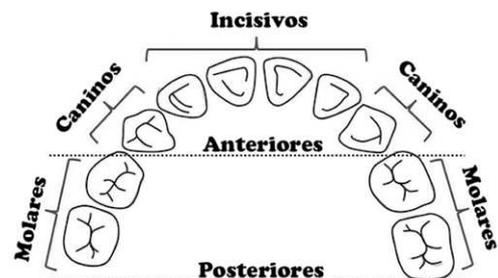
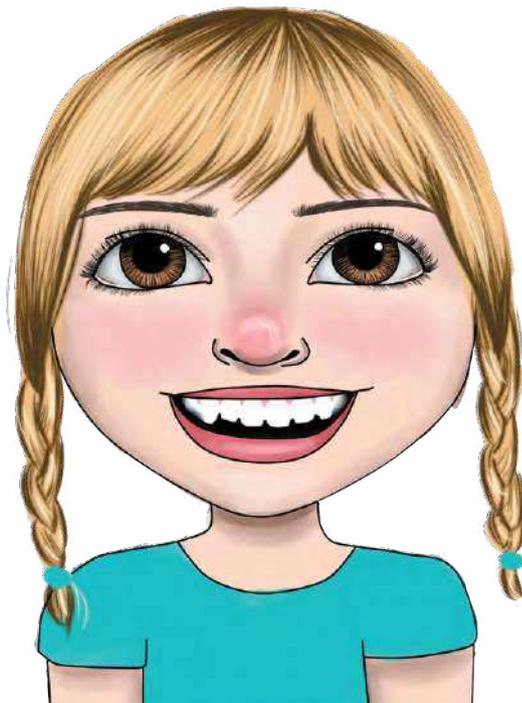


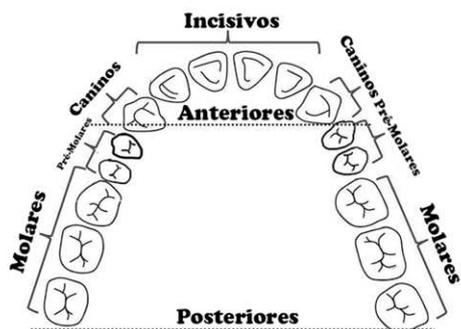
FIGURA 4 – Dentição decídua

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

A dentição permanente é composta por 32 dentes: 8 incisivos, 4 caninos, 8 pré-molares e 12 molares (FIGURA 5). Os incisivos, caninos e pré-molares nascem no lugar de um dente decíduo que caiu. Já os molares nascem a partir dos 6 anos numa região que não tem dente decíduo, ou seja, não precisa cair dente decíduo para um molar nascer.



FIGURA 5 – Dentição permanente



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

19

Quais são as suas partes?

Os dentes possuem coroa, raiz e colo (FIGURA 6).

A **coroa** é a parte do dente que visualizamos quando abrimos a boca e serve para mastigar os alimentos.

A **raiz** é a parte que não vemos. Ela serve para fixar o dente na boca.

E o **colo** do dente é a região que fica entre a coroa e a raiz.

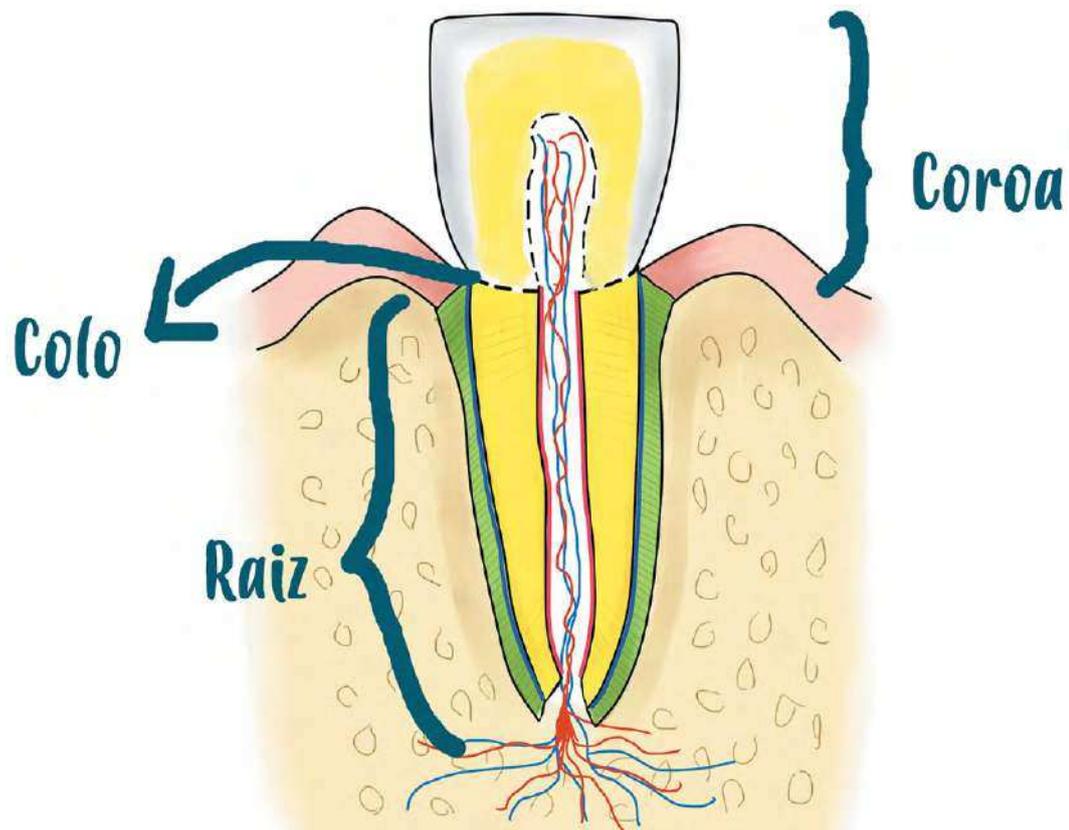


FIGURA 6 – Partes do dente

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Quais os seus constituintes?

Os tecidos constituintes dos dentes são: o esmalte, a dentina, o cimento e a polpa (FIGURA 7).

O **esmalte** é parte mais externa do dente, ele é a primeira camada do dente e está presente apenas na coroa. A composição dele é de 95% de minerais, 4% de matéria orgânica e 1% de água.

A **dentina** é a segunda camada do dente e está presente em todo o dente, ou seja, tanto na coroa quanto na raiz. A composição dela é de 70% de minerais, 20% de matéria orgânica e 10% de água.

Já o **cimento** é uma outra camada externa do dente que reveste o colo e a raiz. Em sua composição, os minerais correspondem a 50%.

O dente não é maciço, dentro dele há uma cavidade que é a cavidade pulpar. Essa cavidade é conhecida por muitas pessoas como “canal” e nela está a **polpa** do dente que é um tecido mole de cor avermelhada no qual estão presentes vasos sanguíneos, células e nervos.

O periodonto

O conjunto de tecidos que circunda os dentes é chamado de **periodonto**. Esse nome é de origem grega (peri: em torno de/ odonto: dente). Na Figura 7 está ilustrada a anatomia do dente e do periodonto.

O periodonto pode ser de proteção ou de sustentação.

O periodonto de proteção é a **gengiva**. A gengiva recobre e protege o osso alveolar e o colo do dente. Quando ela está saudável tem a cor mais rósea.

Fazem parte do periodonto de sustentação: o **ligamento periodontal**, o

cimento e osso alveolar. Juntos sustentam os dentes deixando-os firmes na boca.

O ligamento periodontal é um conjunto de fibras elásticas que ligam os dentes ao osso alveolar. Ele se fixa aos dentes graças ao cimento. Além disso, ele permite um leve grau de movimentação do dente durante a mastigação. Funcionando assim, como um amortecedor da força da mastigação.

Por sua vez, essa força é transmitida para o osso alveolar, onde é dissipada.

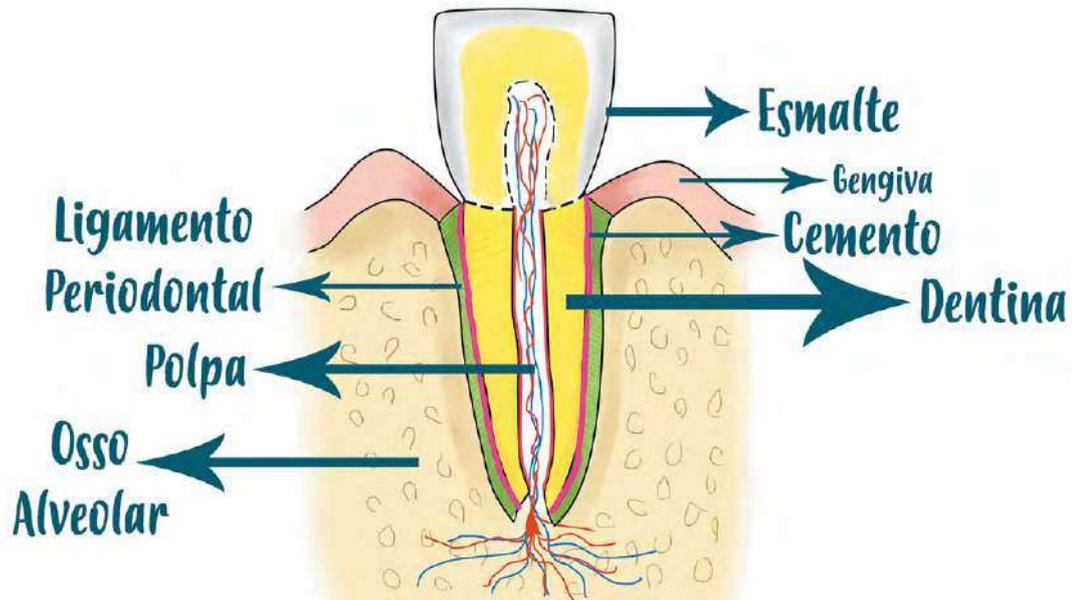


FIGURA 7 – Constituição do dente e periodonto: esmalte, dentina, polpa, gengiva, cimento, ligamento periodontal e osso alveolar

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Você
sabe?

O esmalte é a parte mais
dura do corpo humano.



para
saber
mais



MADEIRA, MC; RIZZOLO, RJC. Anatomia dos dentes.
8 ed. São Paulo: Sarvier, 2016, 169p.

MÓDULO 2

Saiba o que é a placa bacteriana e seus danos

Placa Bacteriana

Cárie dentária

Doenças Periodontais:

- Gengivite
- Periodontite

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Placa bacteriana

Quando nos alimentamos, os dentes ficam sujos. Por isso devemos realizar a higiene bucal. Se ela não for feita, cerca de 1 a 2 horas milhões de bactérias irão se fixar numa película constituída por células descamadas da boca, proteínas salivares e restos de alimentos formando assim a **placa bacteriana**, que pode estar presente em qualquer pessoa na dentição decídua ou permanente (FIGURA 8).

A placa bacteriana no início não é vista a olho nu. Mas ao passar a língua nos dentes sente-se uma aspereza.

Essa aspereza é ruim e é um sinal de que os dentes não estão limpos. A placa bacteriana também pode ser observada ao passar, de forma suave, um palito de dente na região do dente próxima a gengiva. Outra forma de visualizá-la é com o uso de corantes (FIGURA 8). Esse método é mais utilizado pelos dentistas.

A placa bacteriana traz muito danos para os dentes e tecidos periodontais. A quantidade de placa bacteriana que se forma nos dentes depende do tipo de alimentação, da quantidade e qualidade da saliva e da frequência da higienização bucal. Quanto mais placa bacteriana e maior o tempo de contato dela com os dentes, maior será a chance de aparecer a cárie dentária e a doença periodontal.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

25

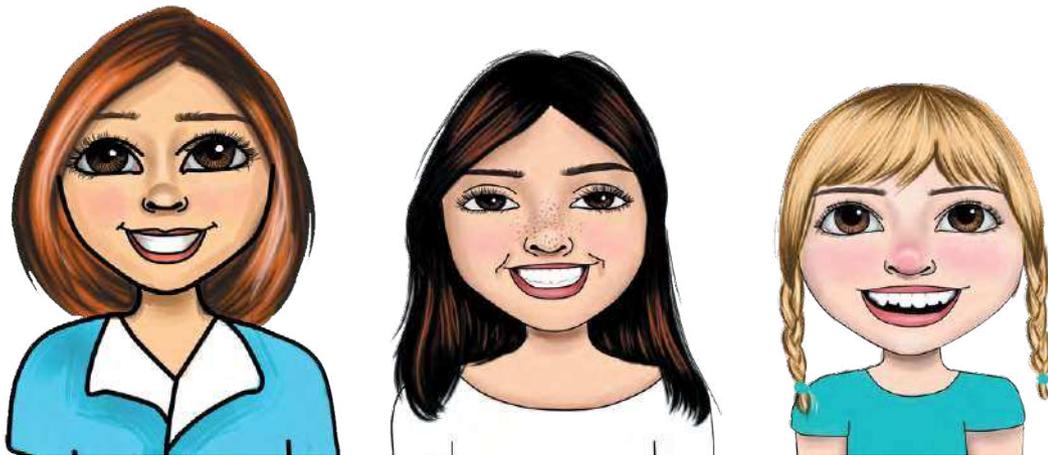


FIGURA 8 – Placa bacteriana evidenciada com corante

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Cárie dentária

A cárie dentária é uma das consequências da longa permanência da placa bacteriana sobre os dentes e começa a se desenvolver quando há a soma de três fatores básicos:

PRESENÇA DO DENTE + PRESENÇA DA BACTÉRIA
STREPTOCOCCUS MUTANS + PRESENÇA DE AÇÚCAR

Quando comemos alimentos doces e não escovamos os dentes, ficam resíduos desses alimentos sobre os dentes e entre os dentes. O açúcar contido nesses resíduos serve de alimento para as bactérias *Streptococcus Mutans*. Elas usam o açúcar como fonte de energia para se multiplicarem e durante esse processo produzem um líquido ácido.

Esse líquido ácido começa a tirar os minerais do dente. Essa perda de minerais é chamada de **desmineralização**.

Quanto mais açúcar, mais líquido ácido e mais danos aos dentes.

Quanto maior o tempo e frequência que o dente estiver em contato com esse líquido ácido, maior será o dano. Começarão a surgir lesões cariosas e cavitações (nome popular: buracos, panelas). Essas cavitações vão progredindo e quando atingem a polpa do dente causam muita dor.

A primeira fase da cárie dentária é a desmineralização do dente, essa fase é chamada de **mancha branca** e apresenta-se como uma mancha opaca e esbran-

quizada no dente. Nesse estágio é possível conter a cárie com a higiene bucal (escovação e uso do fio dental), controle do açúcar da dieta e uso do flúor (da pasta de dente principalmente).

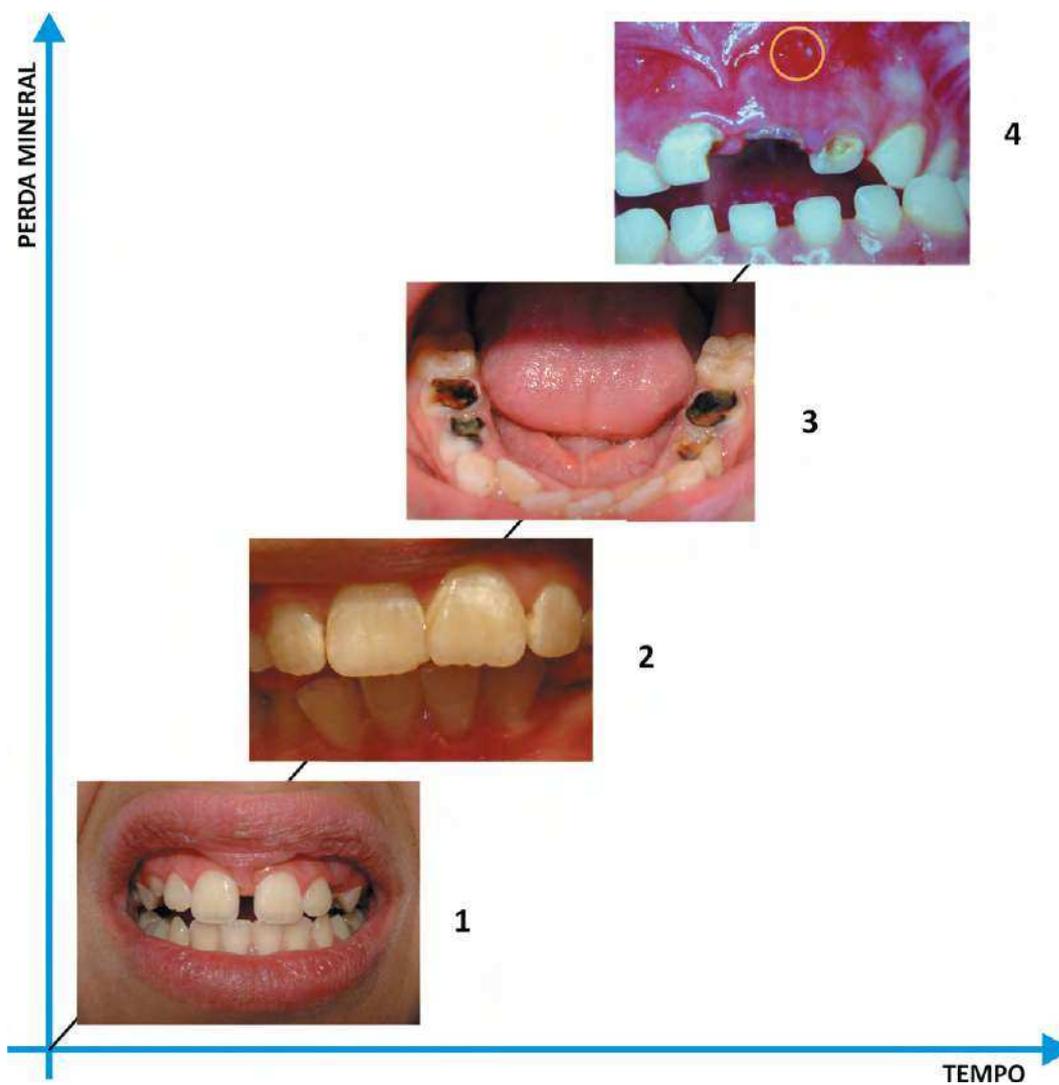
Se a desmineralização do dente continuar, a lesão cariosa (cárie dentária) evoluirá para o estágio de **cavitação**. A cavitação é conhecida popularmente como buraco. Ela começa na primeira camada do dente que é o esmalte e vai progredindo para a dentina e para a polpa. Quando a lesão cariosa atinge a dentina há a necessidade de ir ao dentista para fazer a restauração do dente (nome popular: massinha, obturação). Nesta fase podemos sentir dores, por exemplo com alimentos frios e gelados ou doces.

Quando ela atinge a polpa há a necessidade de fazer o tratamento endodôntico do dente (nome popular: tratamento de canal). A cárie dentária quando chega na polpa pode provocar dores muito fortes, sem você entender como começou.

Se não for feito nenhum tratamento do dente nesta fase, poderá surgir o abscesso.

O **abscesso** é a formação de pus na região da gengiva na área da raiz do dente em questão e é caracterizado por inchaço da gengiva, do rosto e causa dores fortes. Quando o organismo consegue expulsar o pus a dor diminui. Essa eliminação do pus ocorre quando há a formação de um orifício chamado **fístula**, que pode ocorrer dentro ou fora da boca. A progressão da cárie dentária está ilustrada na figura 9.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA



- 1- Saúde
- 2- Mancha Branca (Esmalte)
- 3- Cavidade (Dentina)
- 4- Cavidade Profunda (Fistula)

FIGURA 9 – Progressão da cárie dentária

Um dente que apresenta uma lesão cáriosa com cavitação precisa ser restaurado. O tratamento restaurador é realizado pelo dentista (FIGURA 10).

Para manter o dente restaurado livre de novas lesões cárias, deve-se manter o dente e a área da restauração limpos, ou seja, livre da placa bacteriana. Pois a restauração por si só não é capaz de conter uma nova lesão cáriosa, ela só preenche a parte do dente que foi perdida. Restaurar o dente não significa que nunca mais vai aparecer a cárie dentária.

Antes do tratamento



Depois do tratamento



FIGURA 10 – Tratamento restaurador

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Prevenção

Para prevenir a cárie, devemos escovar os dentes com pasta de dente com flúor pelo menos três vezes ao dia e, se possível, sempre depois de comer e de consumir doces, balas, chocolates, biscoitos, etc. O ideal é não comer doces e balas com muita frequência.

Outra medida a seguir: é sempre dormir com os dentes limpos. Pois como já foi dito no Módulo 1: durante o sono há uma grande queda na produção de saliva. Essa queda faz com que os restos de comida se fixem no dente de uma forma mais fácil. Além disso, como a saliva protege o dente, se ela diminui a proteção também fica menor.

Por isso sempre escove os dentes e use fio dental antes de dormir. Deve-se usar pasta de dente com flúor.

No Módulo 3, há mais informações sobre a prevenção contra a doença cárie.

Tratamento e controle da doença

O tratamento das lesões de cárie é feito pelo dentista.

O procedimento a ser realizado depende da gravidade, variando de uma simples aplicação de flúor até restaurações extensas, tratamento endodôntico (nome popular: tratamento de canal) e extrações dentárias.

O dentista, além do tratamento das doenças bucais pode ajudar a evitar que elas apareçam. Ele pode acompanhar e atender, de acordo com a necessidade de cada pessoa. O intervalo da consulta depende de cada um. Pode ser de 6 em 6 meses ou não.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

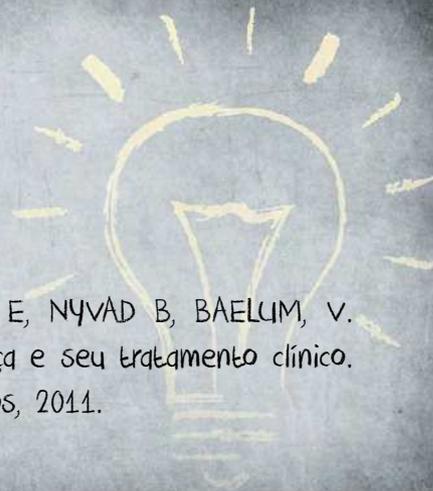
31

você
sabia?



A formação da placa bacteriana sobre os dentes, a produção de líquido ácido, bem como as perdas minerais dos dentes decorrentes deste processo podem ser reduzidas dependendo dos hábitos de higiene bucal, ingestão de açúcar e acesso ao flúor.

para
saber
mais



FEJERSKOV O, KIDD E, NYVAD B, BAELUM, V.
Cárie dentária: a doença e seu tratamento clínico.
2.ed. São Paulo: Santos, 2011.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Doenças periodontais

Gengivite

A gengivite é a inflamação da gengiva e pode ser causada pelo contato da gengiva com a placa bacteriana, a mesma que também causa a cárie.

Os sintomas são: sangramento, vermelhidão e inchaço da gengiva.

Quanto mais tempo a placa bacteriana permanece, mais ela vai endurecendo.

Quando está muito envelhecida, ela fica tão dura que fica com a forma de uma pedra. Nesse estágio ela recebe o nome de cálculo dentário ou tártaro.

O tártaro é tão duro e tão aderido aos dentes que não conseguimos removê-los apenas com a escovação dos dentes e utilização do fio dental. É necessário procurar o dentista para realizar tal remoção.

Na Figura 11 é possível notar as características da gengiva quando está saudável e quando está inflamada. A gengiva saudável tem coloração rosa pálido e aspecto de casca de laranja. É possível perceber que a inflamação causa alteração na forma, volume e textura da gengiva deixando-a inchada, vermelha e com a superfície irregular.

A prevenção da gengivite consiste na remoção da placa bacteriana através da higiene bucal com escova de dente, pasta e fio dental.

A gengivite pode ser tratada pelo próprio indivíduo, pois consiste também na remoção da placa bacteriana por meio da escovação e uso do fio dental. Entretanto, quando houver tártaro (placa bacteriana calcificada) o tratamento precisa ser realizado pelo dentista porque a remoção exige instrumentos e equipamentos próprios.



FIGURA 11 – Gengiva saudável e gengivite

Periodontite

A periodontite ou doença periodontal é caracterizada pela presença de inflamação nos outros tecidos periodontais além da gengiva. Os sintomas são: inchaço e sangramento na gengiva e presença de pus. O mal hálito é muito presente e característico.

Na periodontite há a destruição do periodonto de sustentação (ligamento periodontal, cemento e osso alveolar), levando a formação de bolsas periodontais e produção de pus.

As bolsas periodontais são espaços que surgem entre a gengiva e o dente. Esses espaços são parecidos com os bolsos das roupas e quanto mais profundos, mais difícil se torna a higienização ou limpeza.

À medida que a periodontite evolui aumenta-se a destruição das estruturas que sustentam o dente, desse modo, o dente começa a ficar com mobilidade. Em casos graves e não tratados, o dente fica com tanta mobilidade, ou seja, tão mole que ele se solta sozinho da gengiva e “cai” com raiz e tudo.

Um outro problema decorrente da periodontite é a retração da gengiva caracterizada pelo deslocamento da gengiva em direção a região da raiz do dente.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Em outras palavras: nos dentes de cima a gengiva “sobe” e nos dentes de baixo a gengiva “desce”. Desse modo o colo e a raiz ficam expostos e dá a impressão de dente comprido. Na Figura 12 é possível notar tais características em um indivíduo com periodontite.

A exposição do colo e da raiz podem trazer dor quando se ingere algo frio, quente, doce ou ácido. Esse quadro é conhecido como sensibilidade.

A periodontite tem sido associada a diversos fatores como por exemplo o hábito de fumar, a idade mais avançada, raça negra, gênero masculino e aspectos socioeconômicos, entretanto ela está relacionada a tipos específicos de bactérias em pessoas com predisposição genética e nem sempre pode ser evitada.

Para o controle da periodontite a higiene bucal é essencial, mas como ela é um tipo de infecção persistente, o tratamento deve ser realizado pelo dentista e consiste na limpeza profissional, remoção do tártaro e das células mortas do interior das bolsas periodontais, cirurgias periodontais e em casos mais graves pode ser indicada a extração do dente.



FIGURA 12 – Indivíduo com periodontite e presença de placa bacteriana evidenciada com corante.

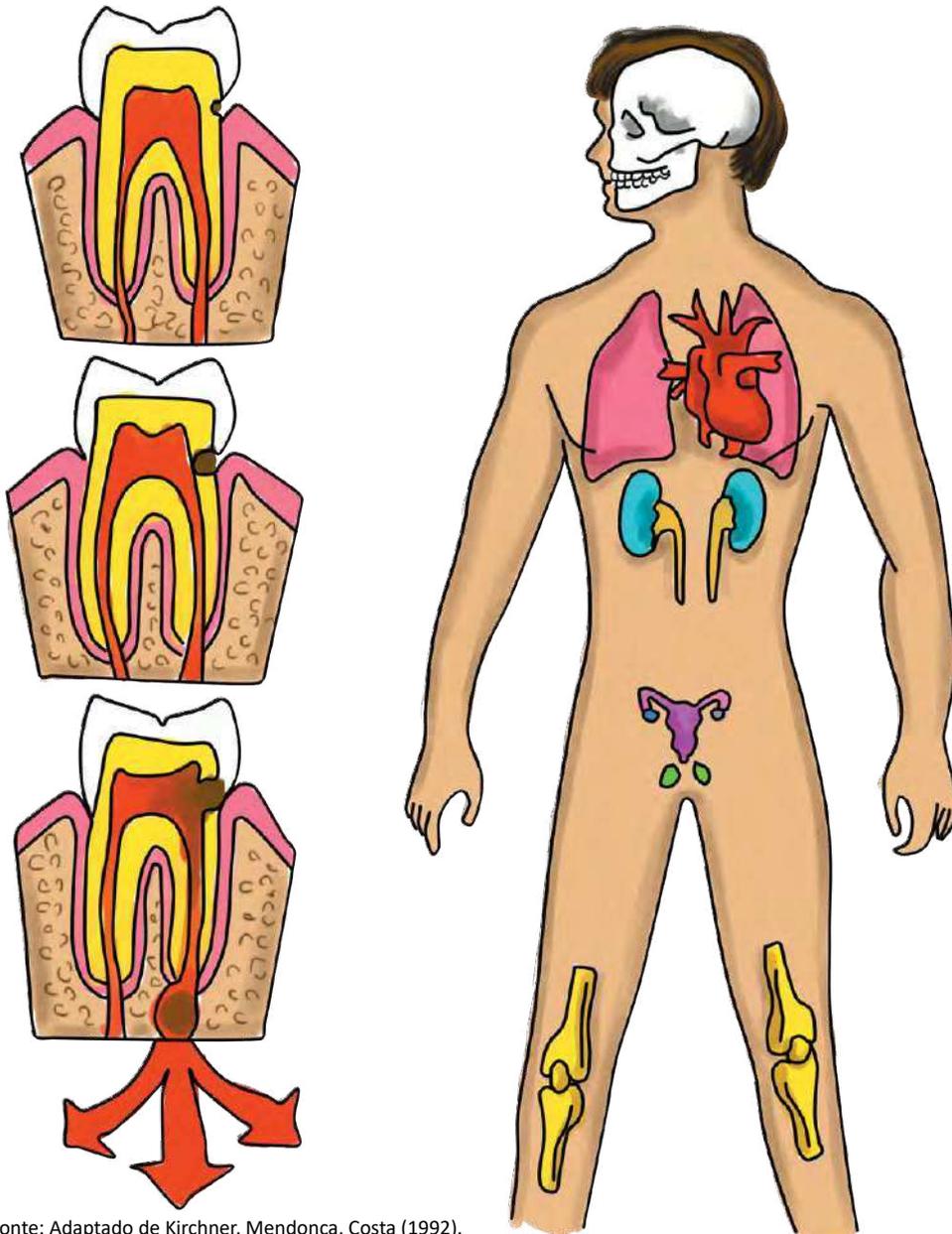
A boca e o corpo

A boca faz parte do corpo. Logo, ter uma boa saúde bucal é muito importante para a saúde do corpo. Hoje em dia já se sabe que os problemas bucais podem afetar outras partes do corpo (FIGURA 13).

Problemas bucais sem tratamento podem:

- atingir outros órgãos da cabeça e pescoço;
- atingir o coração e causar um problema chamado de endocardite bacteriana;
- causar parto prematuro nas grávidas; e baixo peso ao nascer nos bebês;
- aumentar o nível de açúcar no sangue, prejudicando o tratamento da diabetes;
- prejudicar as relações sociais pois dentes “estragados” ou “podres” podem afastar as pessoas da nossa convivência, levando ao isolamento social.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA



Fonte: Adaptado de Kirchner, Mendonça, Costa (1992).

FIGURA 13 – Relação dos problemas bucais e outras partes do corpo

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

39

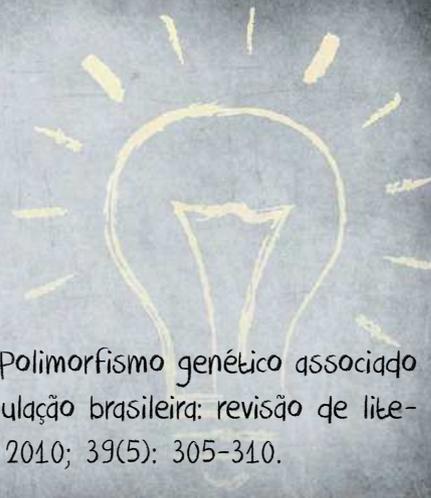
você
sabia?



Os dentes saudáveis dos adultos e idosos são firmes na boca. Se estiverem moles ou bambos deve-se procurar um dentista o mais breve possível.

A exposição do colo e da raiz pode trazer dor quando se ingere algo frio, quente, doce ou ácido. Esse quadro é conhecido como sensibilidade dentinária. Essa condição é muito comum em jovens, adultos e idosos e muitas vezes não está relacionada à doença periodontal.

para
saber
mais



HOCÓYA LS, JARDINI MAN. Polimorfismo genético associado à doença periodontal na população brasileira: revisão de literatura. Rev Odontol UNESP. 2010; 39(5): 305-310.

MÓDULO 3

Boca saudável, vida saudável

- Higiene Bucal
- Flúor
- Alimentação Saudável
- Hábitos Saudáveis

Boca saudável, vida saudável

Problemas na boca podem causar: dor, mal-estar, mau hálito, dificuldade de mastigar, de falar além de prejudicar nossas relações sociais. Além disso, podem causar danos a outras partes do corpo, como visto anteriormente. Sendo assim, para ter uma vida saudável é muito importante ter uma boca saudável e cultivar bons hábitos. Dentre esses hábitos estão as medidas preventivas. Tais medidas podem ser individuais ou coletivas.

As medidas preventivas individuais incluem a escovação dos dentes, o uso do fio dental, o uso de pasta de dente com flúor, o consumo de açúcar com moderação e visita ao dentista.

As medidas preventivas coletivas são: fluoretação da água e escovação dentária com dentífrico com flúor.

Higiene Bucal

A higiene bucal é o ato de limpar os dentes, a gengiva e a língua. É uma medida muito importante para cuidar da boca. E assim, evitar: cárie, gengivite, doença periodontal e halitose (mau hálito).

Ela deve ser feita pelo menos três vezes ao dia. Para fazer a higiene bucal são utilizados alguns produtos (FIGURA 14).

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

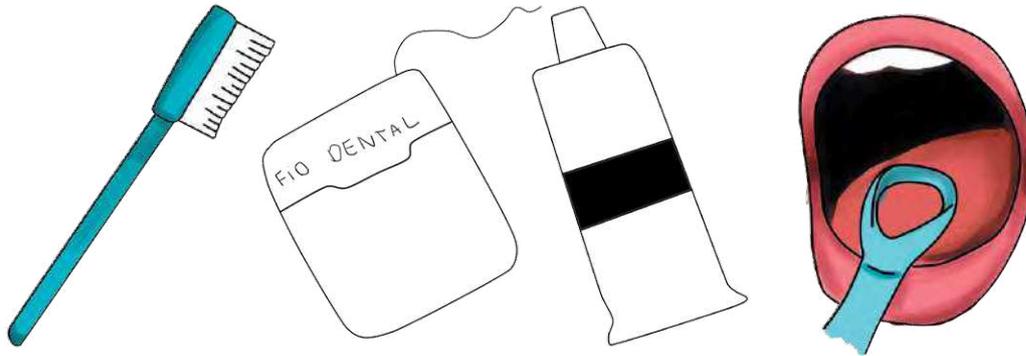


FIGURA 14 – Produtos de higiene bucal: escova, fio dental, pasta de dente e limpador de língua

A escova de dente

Nós escovamos nossos dentes por muitas razões: sensação de limpeza; hálito fresco; por nos sentirmos mais confiantes; para ter um bom sorriso; para evitar o mau hálito e evitar doenças.

A escova de dente é utilizada para a limpeza dos dentes e também pode ser empregada na limpeza da língua.

Existem diferentes tipos e tamanhos de escova. O tamanho da cabeça da escova a ser escolhida deve ser proporcional ao tamanho da boca. Assim, para crianças são recomendadas escovas pequenas e para as demais faixas etárias escovas médias.

Quanto ao tipo, as escovas podem ser convencionais ou elétricas. As convencionais são as que todos conhecem. Elas são mais baratas, mas exigem mais movimentos com a mão e uma boa coordenação motora. Já as elétricas não exigem grande habilidade manual e por isso são uma ótima opção para as pessoas com necessidades especiais, porém são mais caras.

Quanto ao tipo de cerdas, elas podem ser macias ou duras. As macias são utilizadas para a escovação de dentes naturais, já as de cerdas duras são utilizadas para a limpeza dos dentes de próteses removíveis como, por exemplo: dentaduras.

O fio dental

O fio dental é um fio sintético utilizado para limpar os espaços entre os dentes e a gengiva. Ele é muito importante porque é responsável por limpar as áreas que a escova de dente não consegue alcançar. Sem o uso dele, a higiene bucal não está completa.

O fio dental deve ser utilizado com delicadeza para não machucar a gengiva, logo é necessário ter uma boa coordenação motora. Por isso, as crianças precisam da supervisão e ajuda de um adulto no uso do fio dental.

Também existem as escovas interdentais, que são escovas bem pequenas especiais para a limpeza entre os dentes, em alguns casos elas podem substituir o fio dental, mas são mais caras.

A pasta de dente

A pasta de dente também é chamada de creme dental ou dentifrício. Ela é empregada na escova para a limpeza dos dentes. Ela torna a escovação mais fácil e agradável. Existem diferentes sabores, alguns são mais refrescantes, outros mais neutros e outros tem sabores voltados para as crianças.

Podem ser encontradas com ou sem flúor. A recomendação atual é usar pastas com flúor em todas as idades. Seu uso é indispensável, porque quando associada a escovação representa o método mais efetivo para a prevenção da cárie.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Como escovar os dentes

Como já foi dito, o ideal é utilizar uma escova de dente com cerda macia e tamanho proporcional ao tamanho da boca com uma quantidade pequena de pasta de dente.

Deve-se realizar movimentos suaves, ou seja, sem fazer força para não machucar a gengiva

A parte dos dentes que mastiga os alimentos deve ser limpa com **movimento de vai e vem** similar ao movimento que uma criança faz quando brinca com um carrinho (FIGURA 15).

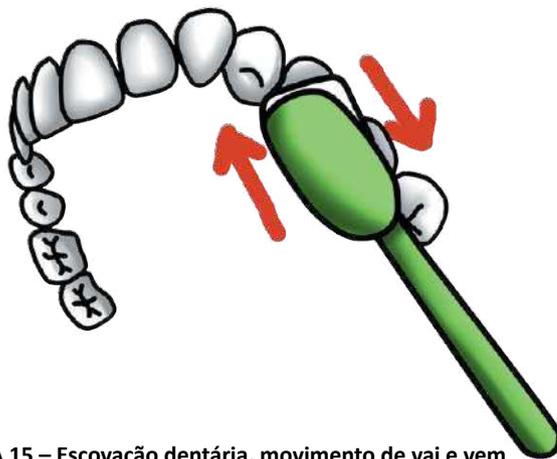


FIGURA 15 – Escovação dentária, movimento de vai e vem

A parte da frente e atrás do dente deve ser limpa com movimento vertical similar ao **movimento de varredura** (FIGURA 16). Deve-se “varrer” os resíduos no sentido da gengiva para a língua.

Para limpar o lado de dentro dos dentes da frente (dentes incisivos) é recomendado colocar a escova de dente “em pé” para ficar mais fácil.

O movimento de varredura pode ser muito difícil para as crianças pequenas, pois não possuem ainda a coordenação motora necessária para tal tarefa. Por isso, para essas crianças recomendam-se **movimentos circulares**, para ficar lúdico podem ser chamados de: rodinhas ou bolinhas (FIGURA 17). As crianças com até 9 anos precisam que um adulto confira a escovação e reforce onde estiver precisando.

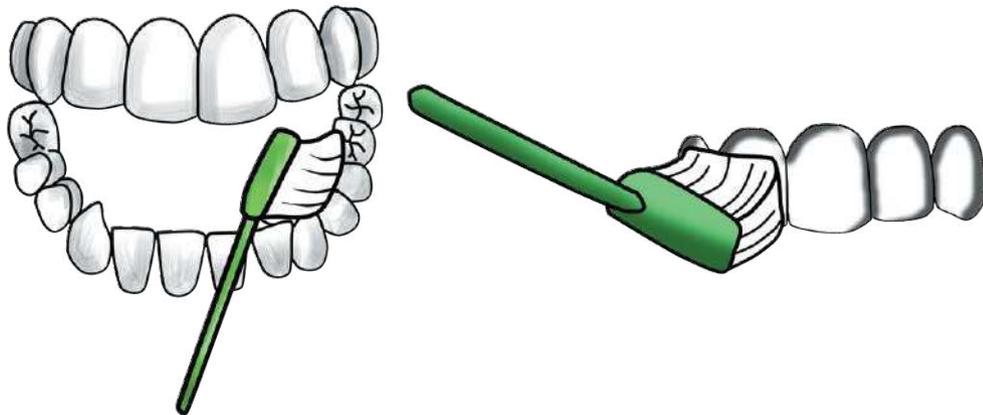


FIGURA 16 – Escovação dentária, movimentos de varredura

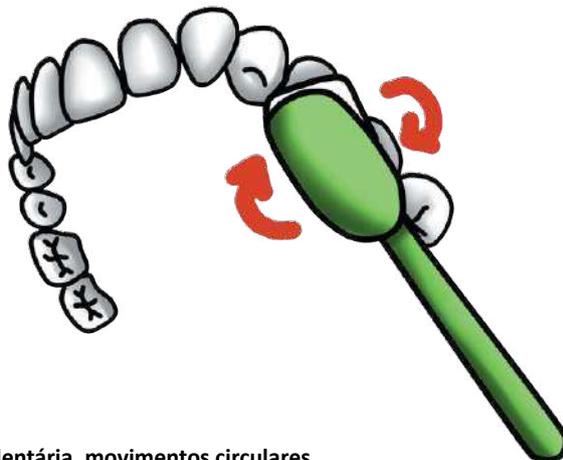


FIGURA 17 – Escovação dentária, movimentos circulares

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Para escovar os dentes deve-se utilizar uma escova de dente com as cerdas em bom estado, quando as cerdas estiverem abertas e danificadas deve-se trocar a escova (FIGURA 18).



FIGURA 18 – Estado das cerdas da escova de dente

Como utilizar o fio dental?

Pegue um pedaço de fio dental de 25 a 45 centímetros. Enrole em torno dos dedos médios das mãos. Depois, segure com os dedos indicadores a uma distância de mais ou menos 2 centímetros (FIGURA 19).

Em seguida, introduza o fio dental entre os dentes até uma parte dele ficar dentro da gengiva. Passe o fio dental como se estivesse “engraxando” o dente (FIGURA 19). Faça isso sempre puxando a sujeira da gengiva para a parte do meio do dente.

Ao tirar o fio dental, ele estará sujo. Então para limpar outro dente: use uma outra parte limpa do fio dental.

O fio dental deve ser passado em todos os dentes. Passe também atrás dos últimos dentes.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

45

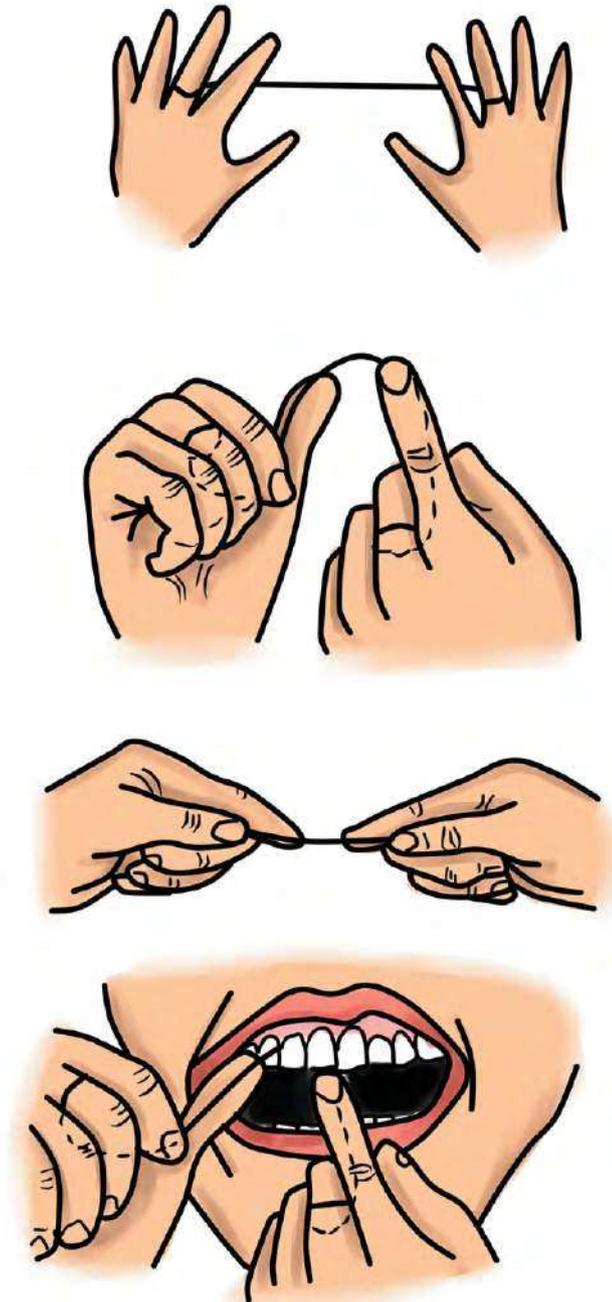


FIGURA 19 – Técnica do uso do fio dental

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

A higienização da língua

A língua deve ser higienizada, pois restos alimentares vão se depositando nela e formando uma massa branco-amarelada chamada saburra.

A saburra cheira muito mal e é uma das principais causas da halitose (mau hálito). A limpeza constante da língua evita a formação da saburra. No entanto, com base na literatura atual, parece não haver dados para justificar a necessidade de limpar a língua regularmente. Uma exceção seria o mal-estar oral.

Já existem dispositivos próprios para a higienização da língua chamados de limpadores de língua. Caso a pessoa não tenha um limpador de língua, ela pode utilizar a escova de dentes ou uma gaze.

A limpeza da língua deve ser realizada com cuidado e delicadeza para não provocar ânsia de vômito. Deve-se deslizar o limpador ou a escova de dente do meio da língua até a ponta (FIGURA 20).

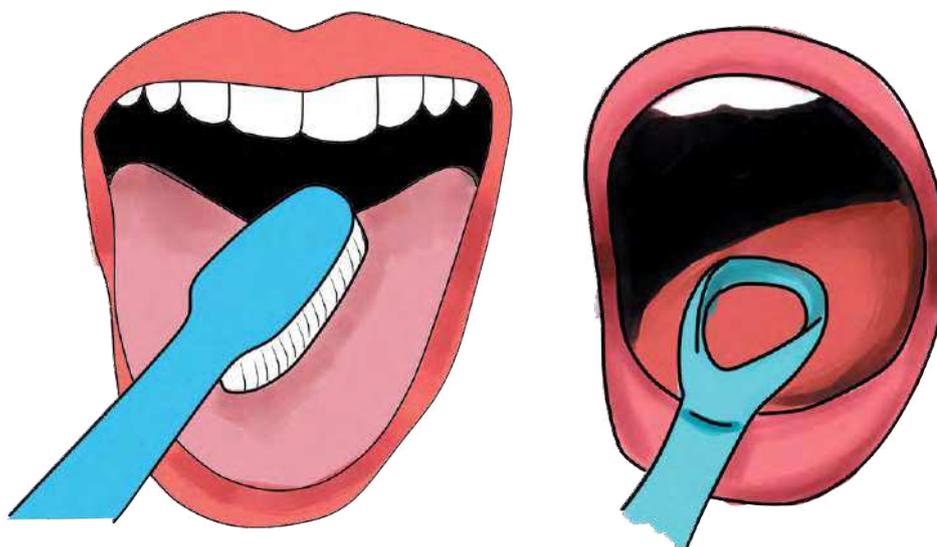


FIGURA 20 – Higienização da língua

O Flúor

O flúor é um mineral encontrado na natureza. Ele ajuda a evitar a cárie dentária.

Para compreender como é a atuação do flúor, primeiro é necessário conhecer o processo de desmineralização e remineralização do dente (**processo des-re**).

Processo Des-Re

A superfície do dente é rica em fosfato de cálcio (que é um mineral).

Quando as bactérias da cárie encontram açúcar disponível nos dentes, elas utilizam esse açúcar e produzem um líquido ácido. Esse ácido deve ser combatido, pois ele pode atacar o fosfato de cálcio do dente e causar a perda de minerais, esse é o: processo de desmineralização (FIGURA 21).

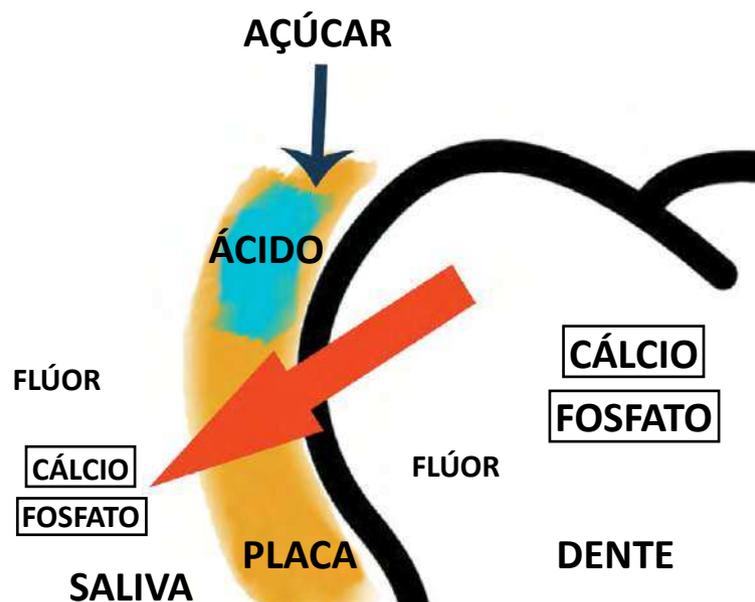


FIGURA 21 – Processo de desmineralização (des)

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

A primeira tentativa de combater o ácido vem dos minerais existentes na saliva. A saliva neutraliza o ácido e devolve os minerais para o dente, esse é o **processo de remineralização (FIGURA 22)**.

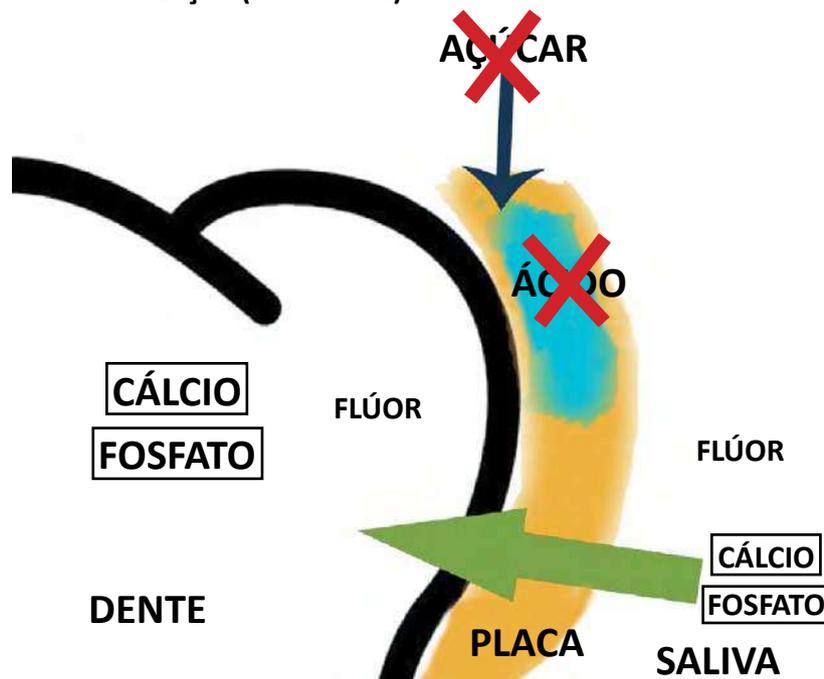


FIGURA 22 – Processo de remineralização (re)

O fenômeno de saída e entrada de minerais na superfície do dente é chamado de **processo des-re** e ocorre sempre após a ingestão de açúcares.

Quando a quantidade de mineral que sai do dente é maior do que a quantidade que a saliva repõe começam a surgir as lesões cariosas (manchas brancas e/ou cavidades).

Qual o papel do flúor?

Quando há flúor disponível na boca, ele favorece o processo de reminerali-

zação da seguinte forma: quando o dente perde o íon cálcio, esse íon se encontra com flúor e juntos formam o fluoreto de cálcio que se deposita na superfície do dente.

O fluoreto de cálcio forma uma barreira mecânica que consegue diminuir a perda mineral do dente quando em contato com o ácido (FIGURA 23).

Como o flúor chega à nossa boca?

O flúor chega à nossa boca por meio do uso da pasta de dente com flúor e da água de abastecimento. Quando apenas essas fontes não são suficientes para combater a cárie, o flúor pode ser aplicado pelo dentista no consultório e nas escolas através da escovação dentária coletiva.

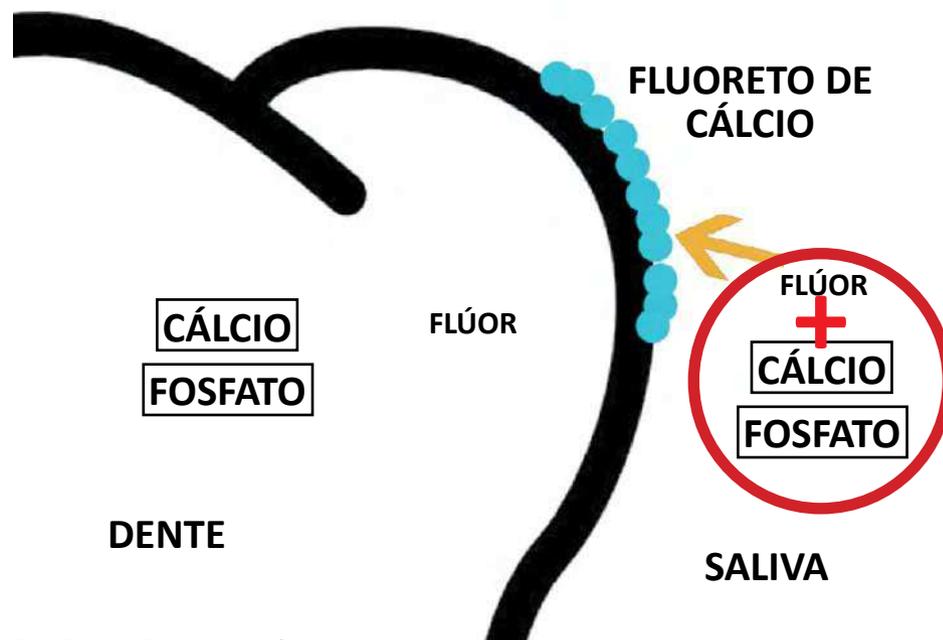


FIGURA 23 – Fluoreto de cálcio

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Com que frequência devemos usar o flúor?

O efeito do flúor não dura para sempre. Assim como o filtro solar, o flúor precisa ser renovado. É por isso que fica reforçada a necessidade de se escovar os dentes no mínimo três vezes ao dia. Por isso, não adianta escovar os dentes apenas antes de sair de casa, além de não ser feita uma limpeza adequada, essa quantidade de flúor não será suficiente para combater os ácidos que serão produzidos ao longo do dia.

Mas deve-se lembrar que o flúor não deve ser ingerido em doses excessivas, pois o excesso de flúor pode causar a **fluorose dentária** que aparece como manchas nos dentes (FIGURA 24).

FRENTE



LADO DIREITO

LADO ESQUERDO



FIGURA 24 – Fluorose dentária

Crianças abaixo de seis anos de idade, especialmente, aquelas menores de dois anos, tem maior chance de desenvolver a fluorose dentária nos seus dentes permanentes, porque nesta fase da vida eles estão se formando e as crianças ainda não sabem bochechar e cuspir. Considerando a estética dos incisivos, a faixa etária de 20 a 36 meses é a mais crítica em termos de ingestão de flúor. Por essa razão deve-se colocar pouca quantidade de pasta de dente com flúor na escova (técnica transversal). Os pais e cuidadores devem ser aconselhados a limitar a frequência de escovação a três vezes ao dia, colocando uma quantidade equivalente a um grão de arroz (no máximo 0,3g por escovação) na escova; a supervisionar a escovação; e encorajar a criança a cuspir todo o excesso de pasta (FIGURA 25).



FIGURA 25 - Quantidade de pasta de dente com flúor na escova infantil (técnica convencional, técnica transversal e quantidade equivalente a um grão de arroz)

Alimentação saudável

Uma alimentação saudável é muito importante para a manutenção da nossa saúde geral e bucal. Devemos consumir frutas e verduras pois ajudam na

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

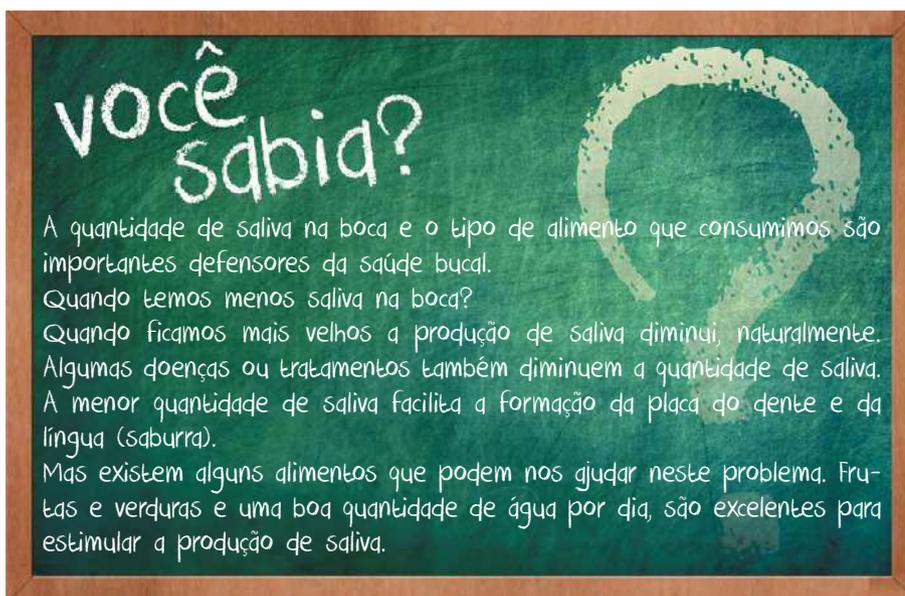
nossa proteção contra as doenças.

Devemos evitar o consumo excessivo de açúcar para evitar obesidade, diabetes e cárie dentária. Com relação aos dentes, há alimentos que favorecem o aparecimento da cárie e outros que nos protegem. Recebem a classificação de alimentos cariogênicos e não cariogênicos.

Exemplos de alimentos cariogênicos: balas, doces, biscoitos, chocolate e brigadeiro.

Exemplos de alimentos não cariogênicos: frutas, verduras, arroz e feijão.

Devemos evitar o alto consumo de refrigerantes pois são muito ácidos e os que não são diet possuem grande quantidade de açúcar. Tanto a acidez, quanto o açúcar levam a perda de minerais do esmalte do dente e quando estão juntos o prejuízo é ainda maior. Por isso não se deve beber refrigerante com muita frequência.



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

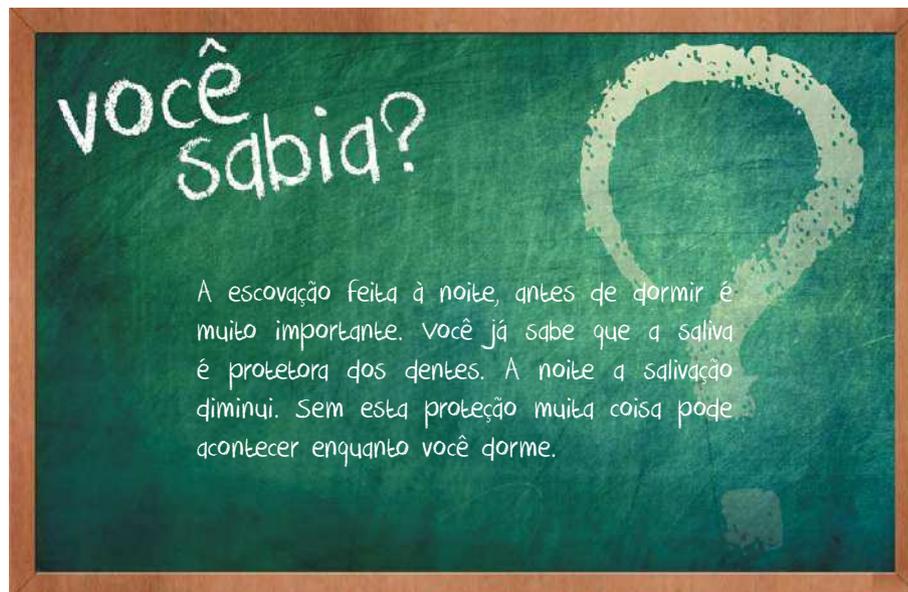
53

Hábitos saudáveis

Os hábitos exercem grande influência na saúde e na qualidade de vida. Por isso deve-se ter hábitos saudáveis, tais como: ter uma alimentação saudável, beber água e ter sempre uma vida ativa.

Além destes, para a saúde bucal, existem outros hábitos importantes, para uma vida saudável: usar fio dental e escovar os dentes pelo menos três vezes ao dia; consumir mais alimentos não cariogênicos; não fumar. Por outro lado, alguns hábitos podem ser prejudiciais.

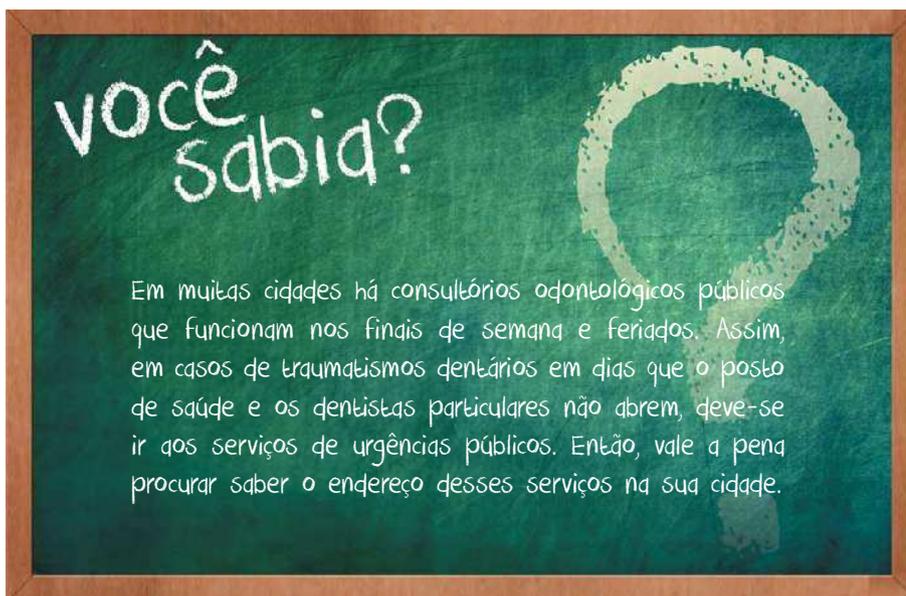
Como exemplos de hábitos que são prejudiciais, tem-se: chupar dedo ou bico pois mudam a posição dos dentes. Fumar, pois causa manchas nos dentes e facilita o aparecimento da doença periodontal. Usar os dentes para abrir garrafa, pois pode-se quebrar os dentes. Dormir com os dentes sujos, pois facilita o aparecimento de tártaros, da cárie dentária, gengivite e periodontite.



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

Quanto à saúde geral alguns hábitos como praticar exercício físico, brincar, correr e andar de bicicleta são atividades boas para a saúde e devem ser incentivadas. Mas em alguns casos, durante a prática dessas atividades pode-se bater a boca e quebrar um ou mais dentes ou até mesmo o dente pode sair todo da boca. Esse dano ao dente é chamado de **traumatismo dentário**.

Quando acontece um traumatismo dentário, deve-se ir imediatamente ao dentista e levar o pedaço do dente ou o dente todo dentro de um copo ou frasco com leite. Se não tiver leite, pode-se usar soro fisiológico ou água gelada.



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

55

para
saber
mais



BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia de recomendações para o uso de fluoretos no Brasil. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. 56p.

CURY JA. Uso do flúor e controle da cárie como doença. In: BARRIATI N. Odontologia Restauradora - fundamentos e possibilidades. 1ª edição. São Paulo: Santos, 2001. cap. 2, p. 56-63.

FEJERSKOV O, KIDD E, NYVAD B, BAELUM, V. Cárie dentária: a doença e seu tratamento clínico. 2ª.ed. São Paulo: Santos, 2011.

FREIRE-MAIA FB et al. Guia de orientações odontológicas para bebês. 1ª ed. Belo Horizonte: FOUFG, 2017. 16 p.

HOÇOYA LS, JARDINI MAN. Polimorfismo genético associado à doença periodontal na população brasileira: revisão de literatura. Rev Odontol UNESP. 2010; 39(5): 305-310.

ZARZAR PMPA et al. Guia de cuidados imediatos para traumatismos em dente de leite. 1ª ed. Belo Horizonte: FOUFG, 2017. 14p.

ZARZAR PMPA et al. Guia de prevenção para traumatismos em dente de leite. 1ª ed. Belo Horizonte: FOUFG, 2017. 14p.

MÓDULO 4

Saúde bucal na escola:
usando a criatividade

Sugestões de atividades

Esse módulo contém algumas sugestões de como o tema saúde bucal pode ser introduzido de forma interdisciplinar dentro dos conteúdos que os alunos já aprendem.

Durante a execução do projeto, percebeu-se que é possível existir diferentes graus de desenvolvimento entre os alunos de uma mesma turma e entre turmas do mesmo ano. Desse modo, optou-se por não estipular os anos indicados para as atividades.

O educador poderá alterar as atividades desse guia caso queira aumentar ou diminuir o grau de dificuldade a fim de adequá-las ao estágio de desenvolvimento de seus alunos.

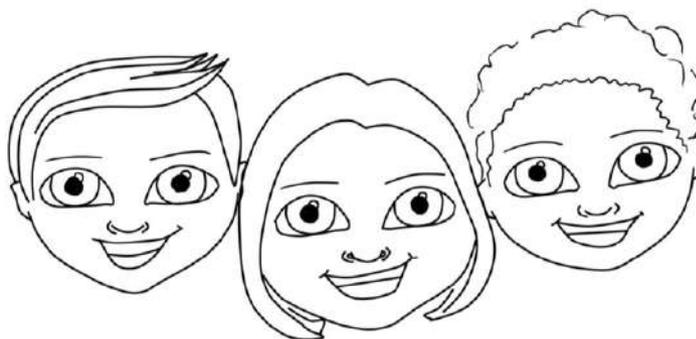
As atividades sugeridas podem ser reproduzidas de forma integral ou com modificações. Deseja-se que o usuário desse guia consiga propor outras atividades.

Os textos dos módulos anteriores também poderão ser reproduzidos.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

CAÇA-PALAVRAS

AJUDE A ENCONTRAR OS OBJETOS QUE NOS DEIXAM MAIS SAUDÁVEIS.



S	C	J	H	M	J	L	O	P	T
X	A	F	L	U	O	R	J	H	M
P	F	I	O	D	E	N	T	A	L
T	J	X	P	A	S	T	A	R	E
Z	E	S	C	O	V	A	Z	B	D
H	C	V	L	N	V	S	U	A	U

ESCREVA AS PALAVRAS QUE VOCÊ ENCONTROU NOS ESPAÇOS ABAIXO:

1 _____ 2 _____

3 _____ 4 _____

COMPLETE AS FRASES COM AS PALAVRAS QUE SE ENCAIXAM:

EU DEVO _____ OS DENTES APÓS AS REFEIÇÕES. (ESCOVAR - LAVAR)

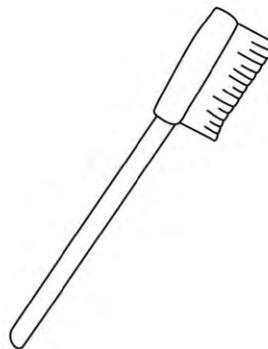
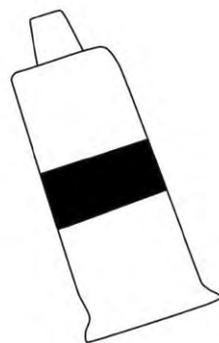
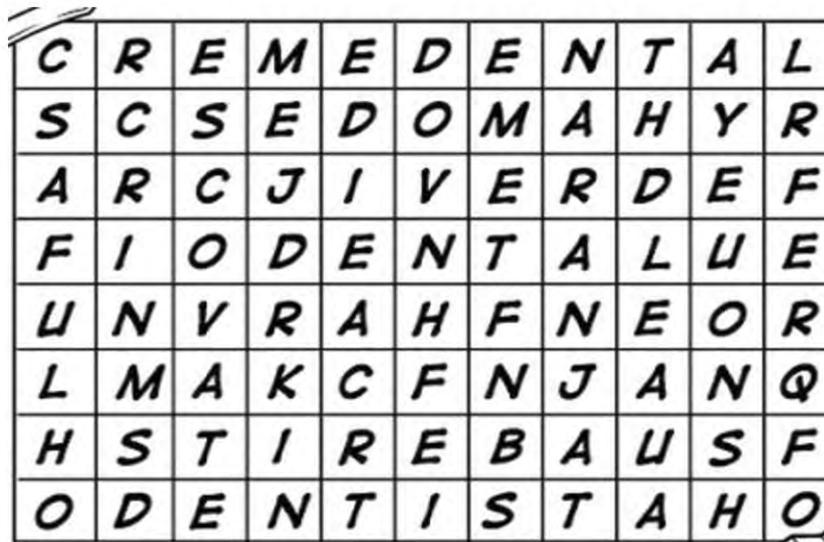
A _____ É UMA DOENÇA QUE ESTRAGA OS DENTES. (CARINHO - CÁRIE)

PARA O MEU DENTE FICAR BONITO TENHO QUE VISITAR O _____
REGULARMENTE. (MÉDICO – DENTISTA)

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

CAÇA-PALAVRAS

Encontre no caça-palavras abaixo **4 palavras** que fazem parte da saúde bucal.



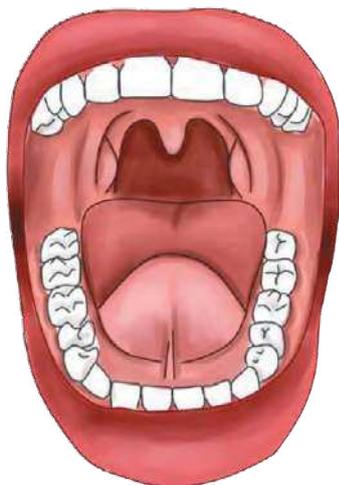
SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

CAÇA-PALAVRAS

Na boca há várias partes. Encontre no diagrama abaixo algumas partes dela:

dente – gengiva – saliva – palato – lábio – língua

D	E	N	T	E	Y	P
P	T	X	Z	N	S	D
L	J	Y	H	L	A	F
Í	B	O	C	A	L	R
N	V	T	P	B	I	K
G	E	N	G	I	V	A
U	S	Z	V	O	A	H
A	P	A	L	A	T	O

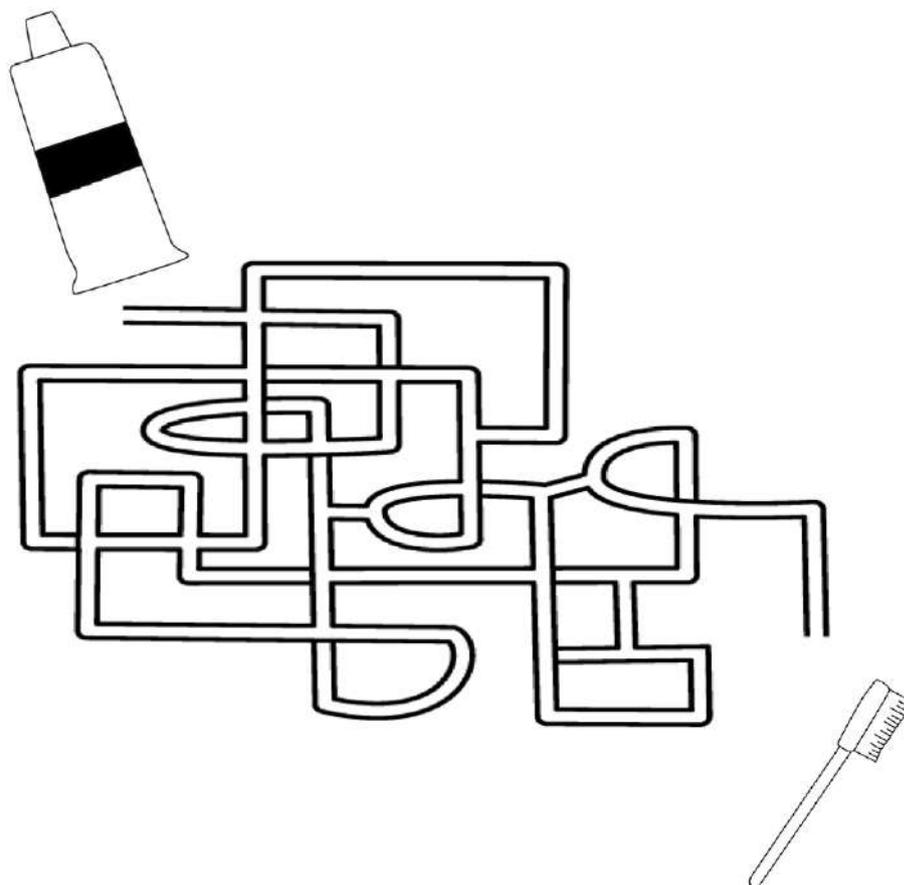


SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

61

DESAFIO

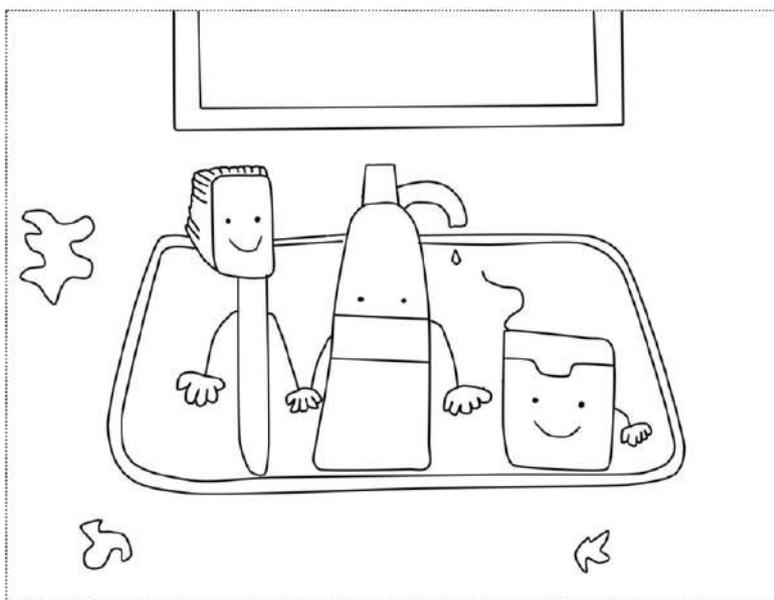
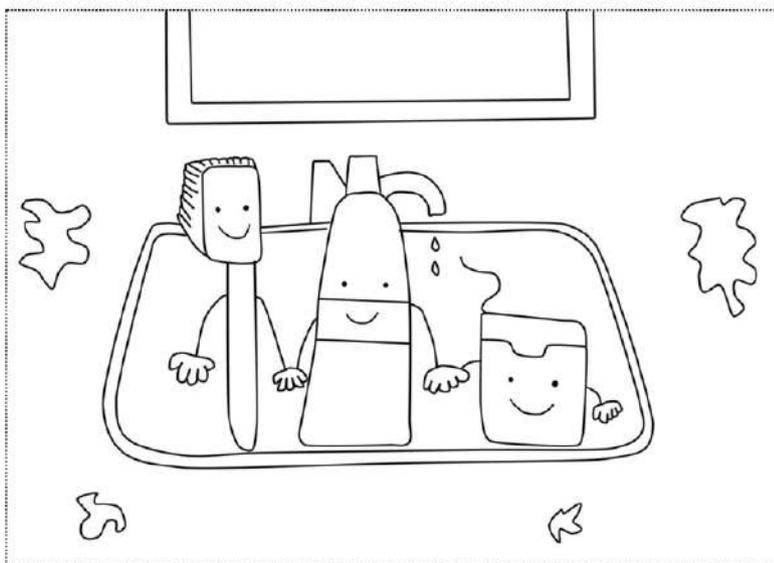
ENCONTRE O CAMINHO QUE A PASTA DEVE SEGUIR
PARA CHEGAR ATÉ A ESCOVA DE DENTE.



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

DESAFIO

VAMOS VER QUEM CONSEGUE ENCONTRAR MAIS DIFERENÇAS ENTRE AS IMAGENS!



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

DESAFIO

1) FAÇA AS COMBINAÇÕES E ESCREVA NO CADERNO AS PALAVRAS QUE SERÃO

FORMADAS:

1 ES	2 PAS	3 DEN	4 BO	$1 + 8 + 7 =$	$4 + 8 =$
				$1 + 6 + 9 =$	$3 + 11 =$
5 TIS	6 CO	7 DA	8 CA	$1 + 6 + 12 =$	$3 + 5 + 10 =$
				$2 + 10 =$	
9 LA	10 TA	11 TE	12 VA		

É BOM ESCOVAR OS DENTES DEPOIS DE COMER DOCES.

NO QUADRO ACIMA TEM UM EXEMPLO DE DOCE ESCONDIDO.

FAÇA A COMBINAÇÃO PARA DESCOBRIR E ESCREVA NO ESPAÇO:

$$6 + 8 + 7 = \underline{\hspace{2cm}}$$

DESAFIO

1) FAÇA AS COMBINAÇÕES E ESCREVA NO CADERNO AS PALAVRAS QUE SERÃO

FORMADAS:

1 ES	2 PAS	3 DEN	4 BO	$1 + 8 + 7 =$	$4 + 8 =$
				$1 + 6 + 9 =$	$3 + 11 =$
5 TIS	6 CO	7 DA	8 CA	$1 + 6 + 12 =$	$3 + 5 + 10 =$
				$2 + 10 =$	
9 LA	10 TA	11 TE	12 VA		

É BOM ESCOVAR OS DENTES DEPOIS DE COMER DOCES.

NO QUADRO ACIMA TEM UM EXEMPLO DE DOCE ESCONDIDO.

FAÇA A COMBINAÇÃO PARA DESCOBRIR E ESCREVA NO ESPAÇO:

$$6 + 8 + 7 = \underline{\hspace{2cm}}$$

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

PORTUGUÊS / INTERPRETAÇÃO



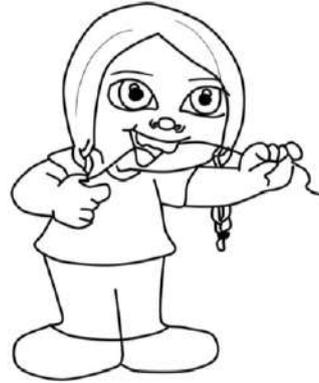
1) OBSERVE A FIGURA E ESCREVA O QUE LAURA ESTÁ FAZENDO. (NO CADERNO)

2) FORME FRASES BEM BONITAS A PARTIR DA IMAGEM. (NO CADERNO)

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

65

PORTUGUÊS / INTERPRETAÇÃO



Observe a imagem e responda.

1) O que a menina usou para limpar os dentes?

2) Como a menina ficou quando estava escovando os dentes?

[] Triste

[] Zangada

[] Feliz

[] Chorando

3) Forme duas frases a partir da imagem.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

PORTUGUÊS / GRAMÁTICA E ORTOGRAFIA

A BOCA

A boca é uma parte do nosso corpo muito importante. A boca é usada para comer, falar, cantar e sorrir. Fazem parte da boca: lábios, bochechas, língua, dentes, gengiva, palato, glândulas salivares e a saliva. Outras partes do corpo, como os músculos, a mandíbula e a maxila, participam das funções da boca. Os músculos abrem e fecham a boca.

Palato: nome popular é céu da boca

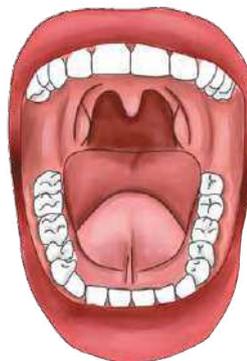
1) Sublinhe no texto o substantivo que aparece repetido quatro vezes e copie-o:

2) Leia atentamente as frases abaixo, circule os substantivos.

- a) A boca é uma parte do nosso corpo muito importante.
b) A boca é usada para comer, falar, cantar e sorrir.

3) Substitua as palavras grifadas por pronomes pessoais.

- a) Os lábios fazem parte da boca.
_____ fazem parte da boca.
- b) A língua faz parte da boca.
_____ faz parte da boca.
- c) Os músculos abrem e fecham a boca.
_____ abrem e fecham a boca.
- d) A boca é usada para comer, falar, cantar e sorrir.
_____ é usada para comer, falar, cantar e sorrir.



4) Observe a sílaba tônica e descubra a palavra intrusa em cada grupo, circule-a e justifique.

- a) boca – mandíbula – língua – gengiva
- b) glândulas – mandíbula – lábios - comer

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

PORTUGUÊS / INTERPRETAÇÃO

Leia o texto e responda.

O FLÚOR

O flúor é um elemento químico encontrado na natureza. Ele deixa o dente mais resistente em relação aos ácidos produzidos pelas bactérias da cárie dentária.

Devido ao seu papel contra a cárie dentária, ele é utilizado pelos dentistas e é adicionado na pasta de dente e na água de abastecimento das cidades.

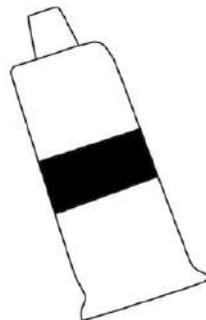
Os dentistas podem realizar aplicações de flúor após a limpeza dentária e durante a escovação nas escolas.

1) Qual a função do flúor?

2) O flúor ajuda combater qual doença?

3) Onde o flúor é adicionado?

4) Os dentistas visando o combate a cárie, podem utilizar o flúor em quais momentos?



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

MATEMÁTICA

Leia o texto antes de responder.

Os dentes

Os dentes são importantes porque fazem a mastigação dos alimentos.

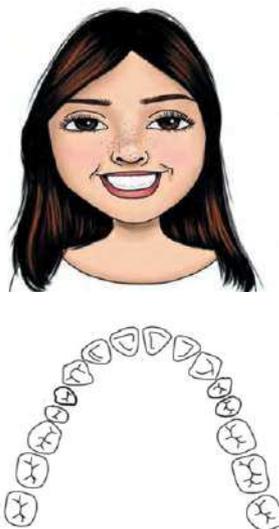
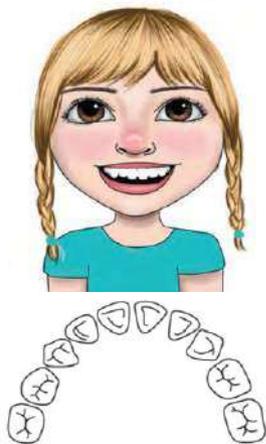
O conjunto de dentes recebe o nome de dentição.

Os seres humanos possuem duas dentições:

- a dentição temporária que é composta por 20 dentes de leite e
- a dentição permanente que é composta por 32 dentes permanentes.

1) Sobre a quantidade de dentes permanentes, responda:

- a) Quantos dentes tem a dentição permanente? _____
- b) Como esse número é formado? _____
- c) Quantas ordens tem esse número? _____
- d) Qual seu antecessor e sucessor? _____
- e) Esse número é par ou ímpar? _____
- f) Em palavras: _____
- g) Dê o valor absoluto e relativo. _____



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

MATEMÁTICA

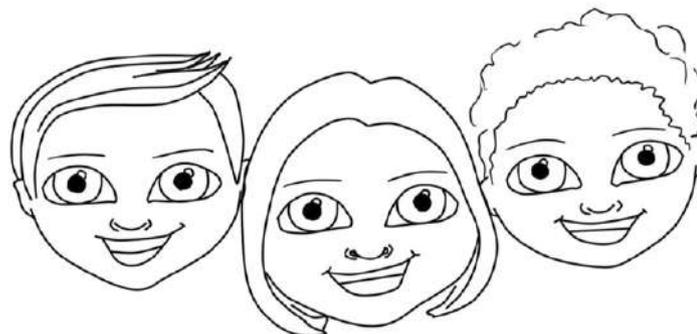
RESOLVA OS PROBLEMINHAS:

1) JOÃO TINHA 15 DENTES, NASCERAM MAIS 2. QUANTOS DENTES JOÃO TEM AGORA?

2) LAURA TINHA 10 DENTES DE LEITE, NASCERAM MAIS 4. QUANTOS DENTES DE LEITE LAURA TEM NA BOCA AGORA?

3) PEDRO TINHA 14 DENTES NA BOCA, NASCERAM MAIS 2. COM QUANTOS DENTES ELE FICOU AGORA?

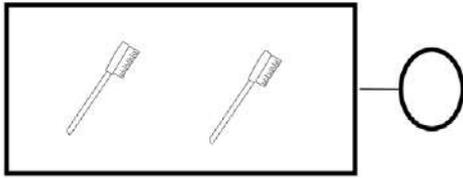
QUEM TEM MAIS DENTES? ESCREVA O NOME DENTRO DO ESPAÇO



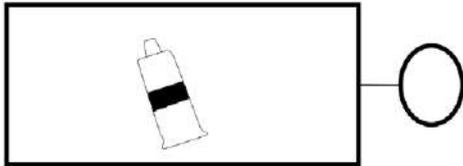
SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

MATEMÁTICA

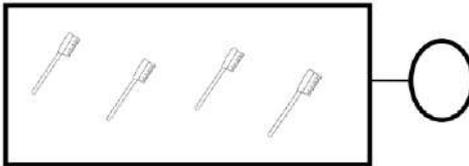
1) OBSERVE OS QUADROS:



A) PINTE DE AZUL O CÍRCULO DO QUADRO COM 4 DESENHOS.



B) PINTE DE AMARELO O CÍRCULO DO QUADRO COM 2 DESENHOS.



C) PINTE DE VERDE O CÍRCULO DO QUADRO COM 1 DESENHO.

2) MARQUE COM UM X AS PALAVRAS QUE TÊM 6 LETRAS:

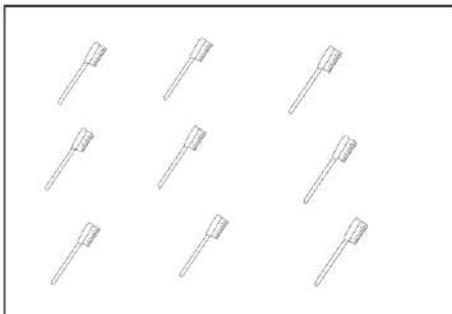
LIVRO

ESCOVA

LÁPIS

ESCOLA

3) CONSIDERANDO O QUADRO ABAIXO



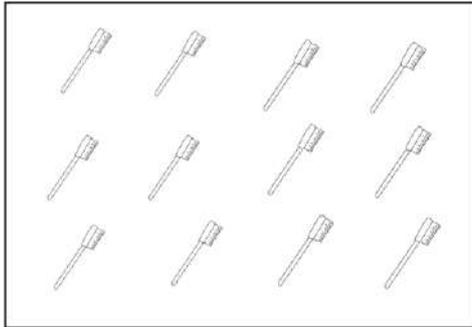
A) CIRCULE MAIS DE 5 ESCOVAS.

B) QUANTAS ESCOVAS DE DENTE TEM NO QUADRO?

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

MATEMÁTICA

1) OBSERVANDO O QUADRO SEGUINTE, FAÇA UM X NA AFIRMAÇÃO CORRETA.



A) NO QUADRO HÁ MENOS DE UMA DEZENA ()

B) NO QUADRO HÁ MAIS DE UMA DEZENA ()

2) A DENTISTA ENTREGOU NA SALA 3 DEZENAS DE ESCOVAS. ISTO SIGNIFICA QUE ELA ENTREGOU QUANTAS ESCOVAS? _____

3) A DENTISTA LEVOU PARA A ESCOLA 35 ESCOVAS DE DENTE DE DUAS CORES: VERDE E AZUL. 5 ESCOVAS ERAM AZUIS. QUANTAS ESCOVAS ERAM VERDES? _____

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

CIÊNCIAS

Observação: essa atividade foi desenvolvida para ser uma atividade de “para casa”. O objetivo é conscientizar o responsável pela criança sobre o seu estado de saúde bucal.

PARA CASA

1) PEÇA PARA UM ADULTO OLHAR DENTRO DA SUA BOCA.

AGORA RESPONDA COM A AJUDA DO ADULTO:



A) QUAIS PARTES DO CORPO ESTÃO DENTRO DA BOCA?

B) QUANTOS DENTES VOCÊ TEM? _____

C) SEUS DENTES SÃO TODOS IGUAIS? _____

D) PARA QUE USAMOS A BOCA?

2) COLE UMA FIGURA QUE MOSTRE ALGUMA AÇÃO QUE FAZEMOS COM A BOCA.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

73

CIÊNCIAS

1) Cite algumas partes que constituem a boca:

2) Cite as funções das partes abaixo:

a) lábios: _____

b) língua: _____

c) dentes: _____

d) glândulas salivares: _____

3) Assinale a alternativa correta sobre a saliva:

() A saliva não contém minerais.

() A produção da saliva aumenta enquanto dormimos.

() A saliva ajuda na digestão pois nela está a enzima amilase salivar.

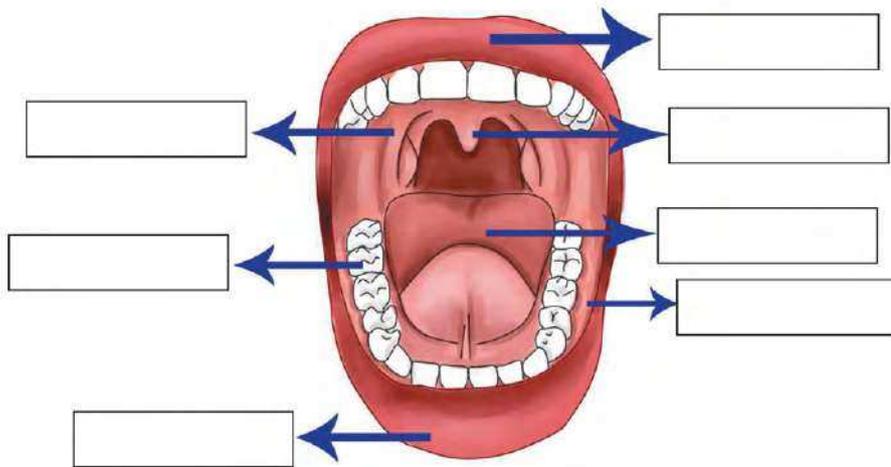
() A saliva é um líquido de cor amarela



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

CIÊNCIAS

1) Escreva os nomes das partes da boca:



2) Cite as funções da boca:

3) O que se deve fazer para ter uma boca saudável?

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia de recomendações para o uso de fluoretos no Brasil**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. 56p. Disponível em: <http://cfo.org.br/wp-content/uploads/2010/02/livro_guia_fluoretos.pdf>. Acesso em: 14 dez. 2017.

COHEN S. **Caminhos da Polpa**. 10ª ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011, 900p.

CURY JA. **Uso do flúor e controle da cárie como doença**. In: BARATIERI N. Odontologia Restauradora - fundamentos e possibilidades. 1ª edição. São Paulo: Santos, 2001, cap. 2, p. 56-63. Disponível em: <http://w2.fop.unicamp.br/dcf/bioquimica/downloads/mat_consulta4-usofluorcontrolecarie.pdf>. Acesso em: 18 dez. 2017.

FEJERSKOV O, KIDD E, NYVAD B, BAELUM, V. **Cárie dentária: a doença e seu tratamento clínico**. 2.ed. São Paulo: Santos, 2011.

FREIRE-MAIA FB et al. **Guia de orientações odontológicas para bebês**. 1ª ed. Belo Horizonte: FOUFGM, 2017. 16 p. Disponível em: <<https://www.odonto.ufmg.br/opo/wp-content/uploads/sites/6/2017/10/Guia-de-Orienta%C3%A7%C3%B5es-Odontol%C3%B3gicas%20para-Bebes-EBOOK.pdf>>. Acesso em: 27 dez. 2017.

HOÇOYA LS, JARDINI MAN. **Polimorfismo genético associado à doença periodontal na população brasileira: revisão de literatura**. Rev Odontol UNESP. 2010; 39(5): 305-310.

KIRCHNER LU, MENDONÇA LL, COSTA RN. **Educação para a Saúde Bucal. Manual para o ensino na escola de primeiro grau (1ª a 4ª série)**. 1ª ed. Belo Horizonte: Editora UFMG/ISHIS, 1992, 252p.

LINDHE J, LANG NP, KARRING T. **Tratado de Periodontia Clínica e Implantologia Oral**. 5ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010, 1304p.

MADEIRA MC, RIZZOLO RJC. **Anatomia dos dentes**. 8ª ed. São Paulo: Sarvier, 2016, 169p. Disponível a 5ª edição em: <<https://pt.slideshare.net/flavioes/livro-anatomia-do-dente>>. Acesso em: 13 dez. 2017.

TEIXEIRA LMS, REHER P, REHER VGS. **Anatomia Aplicada à Odontologia**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001, 372p. TIPOS DE DENTES. Disponível em <<http://efsaudecef10.blogspot.com.br/2013/03/tipos-de-dentes.html>>. Acesso em: 18 dez. 2017.

ZARZAR PMPA et al. **Guia de cuidados imediatos para traumatismos em dente de leite**. 1ª ed. Belo Horizonte: FOUFGM, 2017. 14p. Disponível em: <<https://www.odonto.ufmg.br/opo/wp-content/uploads/sites/6/2017/11/guia-de-CUIDADOS-IMEDIATOS-para-traumatismos-em-dente-de-leite-EBOOK.pdf>>. Acesso em: 27 dez. 2017.

ZARZAR PMPA et al. **Guia de prevenção para traumatismos em dente de leite**. 1ª ed. Belo Horizonte: FOUFGM, 2017. 14p. Disponível em: <<https://www.odonto.ufmg.br/opo/wp-content/uploads/sites/6/2017/11/guia-de-PREVEN%C3%87%C3%83O-para-traumatismo-em-dentes-de-leite-EBOOK.pdf>>. Acesso em: 27 dez. 2017.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

GLOSSÁRIO

A

Abscesso: acúmulo localizado de pus num tecido do corpo.

B

Bolsas periodontais: são espaços que surgem entre os dentes e a gengiva. Tais espaços são resultados da perda do osso que fica em torno das raízes dos dentes.

C

Cálculos dentários: também chamados de tártaros, são estruturas duras que ficam aderidas nos dentes, são formados devido a mineralização da placa bacteriana.

Cárie: é uma doença que acomete os dentes. Ela é resultante da interação de bactérias do grupo *Streptococcus Mutans* e açúcares provenientes da alimentação. Em estágios iniciais se manifesta como uma mancha branca e a medida que se agrava surgem cavidades nos dentes que aumentam de tamanho enquanto não houver o tratamento.

Cavidade pulpar: também chamada de câmara pulpar. É uma cavidade que existe dentro do dente na qual estão os nervos, vasos sanguíneos e células.

Cemento: é um tecido mineralizado que recobre a raiz do dente no qual os ligamentos periodontais se aderem.

Colo: é a parte do dente que fica entre a coroa e a raiz.

Coroa: é a parte do dente mais externa, e que aparece num sorriso.

D

Dentadura: nome popular para prótese total removível. Trata-se de dentes postiços que são utilizados quando há a perda de todos os dentes naturais na arcada na qual é colocada a dentadura.

Dentes decíduos: são os dentes temporários, também conhecidos como dentes de leite. Nascem a partir dos 6 meses até 2 anos.

Dentes permanentes: são dentes que não caem, ou seja, não são trocados.

Dentição: é o nome dado ao conjunto de dentes. O ser humano tem duas dentações: a dentição decídua (formada por 20 dentes decíduos) e a dentição permanente (formada por 32 dentes permanentes).

Dentina: substância ou tecido principal dos dentes, que circunda a polpa e é co-

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

77

berta pelo esmalte na parte da coroa e pelo cimento na parte raiz.

Doença periodontal: é uma doença que atinge as estruturas que estão em torno do dente. Essa doença pode levar a: sangramento e inchaço na gengiva, perda óssea, formação de **bolsas** e mobilidade do dente afetado.

E

Endocardite bacteriana: é uma grave doença no coração causada pela invasão de bactérias na parte do coração chamada de endocárdio. Essas bactérias podem ser provenientes de alguma inflamação na boca, exemplos: periodontite ou abscesso.

Esmalte: é o tecido duro que reveste a dentina na parte da coroa.

F

Fístula: é uma conexão que surge entre duas estruturas que normalmente não se comunicam. Na boca, as fístulas surgem devido problemas nos dentes ou no periodonto (ver **periodonto**) e através delas há a saída de pus.

Flúor: é um elemento químico. Ele é o 13º elemento mais abundante no planeta, pode ser encontrado no ar, água, plantas e animais. Em doses ideais é benéfico para o ser humano, como por exemplo na prevenção e controle da doença cárie, mas em quantidades excessivas na época de formação dos dentes pode causar problemas como a **fluorose**.

Fluorose dentária: é uma alteração que ocorre nos dentes resultante da ingestão de flúor por muito tempo e em grande quantidade no período de formação dos dentes. Aparece como manchas na superfície do dente. O dente desenvolve a fluorose enquanto ele está sendo formado e por isso já nasce com a fluorose.

G

Gengivite: tipo de doença periodontal. A gengivite é a inflamação na gengiva.

H

Halitose: mau hálito

Hígido: algo saudável. Exemplo: um dente hígido significa um dente saudável.

O

Ossos alveolar: nome dado ao osso que circunda o dente.

SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

P

Periodonto: a palavra periodonto é de origem grega e significa em torno do dente (peri: em torno de/odonto: dente). O termo periodonto refere-se ao conjunto de tecidos integrados pela gengiva, osso alveolar, ligamento periodontal e pelo cimento da raiz do dente.

Periodontite: tipo de doença periodontal. A periodontite é a inflamação que atinge outras estruturas periodontais além da gengiva.

Placa Bacteriana: é uma película que se adere ao dente constituída por bactérias, restos de alimentos, proteínas salivares e células descamadas da boca.

Polpa: nome dado ao tecido que está no interior da cavidade pulpar. A polpa é constituída por nervos, vasos sanguíneos e outras células.

R

Raiz: parte do dente responsável pela fixação do dente.

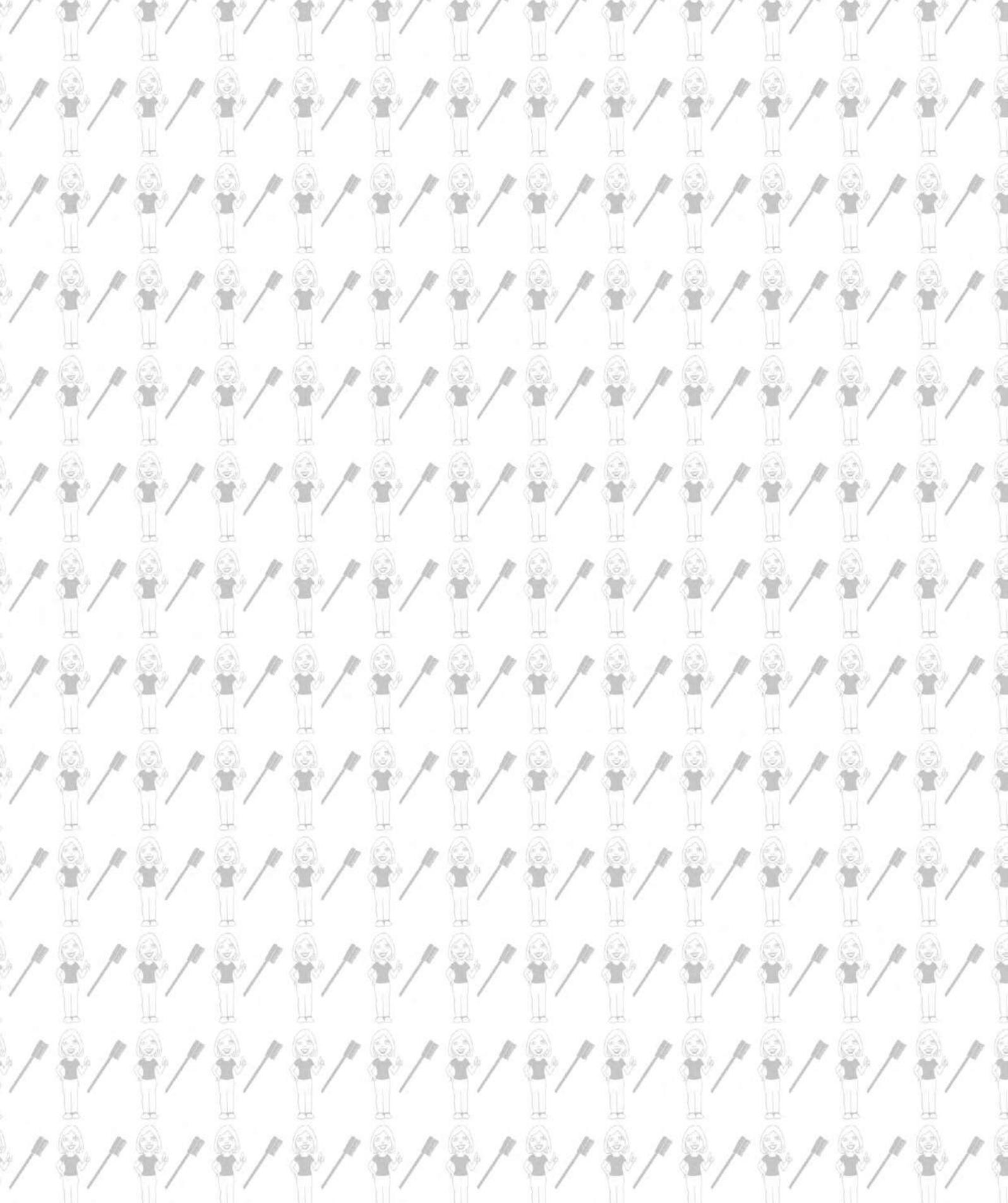
Remineralização: é o processo de reincorporação de minerais no dente.

S

Saburra: é um acúmulo de células descamadas da boca, resto de alimentos e bactérias na língua.

T

Tártaro: sinônimo de cálculo dentário.



SAÚDE BUCAL NA ESCOLA

DIÁLOGOS DA SAÚDE COM A EDUCAÇÃO

UF *m* G

FAO
FACULDADE DE
ODONTOLOGIA

Colegiado de
Pós-Graduação
em Odontologia

Saúde
COLETIVA

PAIXÃO

NÚCLEO DE ESTUDOS
EM SAÚDE COLETIVA