

HIGIENE BUCAL

Moisés Tavano Busutti
Rita Aparecida Costa
Thais Marsiglia Doricci

Resumo

Devido à escassez de tempo para os alunos da escola E.M.E.B. “Prof. Afonso Fioca Vitali” realizarem a escovação dos dentes e a excessiva quantidade de açúcar consumida (balas, pirulitos e/ou chicletes) por eles, realizamos o projeto Higiene bucal para estimular a conscientização da importância da escovação dos dentes. Este projeto foi desenvolvido com 100 alunos, com idade entre 09 e 12 anos, dentro da proposta do programa “ABC na Educação Científica – Mão na Massa”, abordando o tema higiene bucal.

Introdução

“Se o sorriso, então, constitui um indicador de satisfação, devemos refletir sobre o quanto ele é importante para a saúde e a qualidade de vida, valorizando-o ainda mais.” (SESC; 2008)

O sorriso abre caminhos, facilitando a interação com os outros e a admiração. Além disso, dentes saudáveis não só contribuem para uma boa aparência, mas são também importantes para o domínio de falar bem e mastigar corretamente os alimentos.

A boca é um importante meio de comunicação pela qual, além de sorrir, também através dela se pode falar, gritar, cantar, entre outras coisas.

Por meio da boca, que tem a língua como grande aliada, podemos desvendar sabores: azedo, amargo, doce, salgado e umami.

Fazem parte da boca, além da língua, os dentes que são órgãos vivos, embora duros e calcificados. Estes são fundamentais para a mastigação e para a articulação das palavras.

Durante a vida ocorrem duas dentições: a de leite e a permanente. A de leite totaliza vinte dentes, surge por volta dos seis meses de idade e todos estão presentes até os três anos. Dos seis aos doze anos de idade, acontece a troca da dentição de leite para a dentição permanente, que totaliza 32 dentes.

É necessário também o cuidado com os dentes de leite, pois estes ajudam os permanentes nascerem na posição correta e mantêm espaço para os dentes permanentes

Possuímos quatro tipos de dentes: incisivos (estão na frente da boca, eles cortam os alimentos), caninos (estão ao lado do incisivo, são pontiagudos e são utilizados para rasgar os alimentos), pré-molares (se encontram próximos dos caninos e possuem como função esmagar o alimento para que este seja engolido mais facilmente) e molares (ficam no fundo da boca e trituram os alimentos mais duros).

Uma boa higiene bucal é uma das medidas mais importantes que se pode adotar para manter os dentes bonitos e com aspectos saudáveis.

O tema “Higiene Bucal” foi escolhido, porque os alunos almoçam na escola, EMEB Professor “Afonso Fioca Vitali” – Unidade II, e devido à escassez de tempo, eles não estão escovando os dentes. Além disso, os alunos da escola em questão são transportados de ônibus até outro prédio e durante o trajeto eles chupam balas, pirulitos e/ou chicletes que contém grandes quantidades de açúcar que estragam os dentes.

Como não há tempo suficiente para a realização da escovação dos dentes, é imprescindível que os alunos compreendam a necessidade dessa ação, principalmente no período noturno, visto que também foi constatado que eles não realizam as escovações mínimas necessárias.

Outro motivo para trabalhar este tema é que os alunos, de nove a doze anos de idade, se encontram na fase de troca de dentição (dente de leite para dente permanente).

Objetivo

Ao realizarmos este projeto espera-se que os alunos envolvidos, conheçam a composição dentária, a função dos dentes e as possíveis conseqüências decorrentes da má conservação dos mesmos.

Desenvolvimento

Este projeto foi desenvolvido na EMEB Professor “Afonso Fioca Vitali” em três salas de aula, sendo duas salas de 4º ano e uma sala de 5º ano, onde os alunos participaram das atividades com seus respectivos educadores.

A primeira atividade teve como objetivo ajudar os alunos a conhecerem a anatomia da boca, os diferentes tipos de dentes e suas localizações na arcada dentária.

Para iniciar o assunto, os professores perguntaram aos alunos o que eles sabiam sobre higiene bucal, enfocando como eles realizavam a escovação, quantas vezes por dia e se usavam fio dental.

Algumas das observações dos alunos foram às seguintes:

- ❖ *Com a escova;*
- ❖ *Põe pasta na escova;*
- ❖ *Passa fio dental;*
- ❖ *Fazem bochecho com liquido de água verde ardido;*
- ❖ *Escovam os dentes três vezes ao dia;*
- ❖ *Fazendo redondinho, bolinha, para cima e para baixo, por dentro, sem esquecer da gengiva, da língua e do céu da boca.*

Assim, pudemos diagnosticar as noções que os alunos possuíam sobre assunto.

A seguir, foi apresentada a questão problematizadora: “Todos os dentes são iguais?”

As respostas dos alunos foram divididas em duas categorias:

- ❖ *Sim, pois todos os dentes são feitos de ossos;*
- ❖ *Não, pois alguns são grossos outros são finos, alguns são mais podres que os outros, alguns ficam na frente outros ficam atrás, alguns ficam em baixo outros em cima, alguns são largos outros estreitos.*

Pode-se perceber que os alunos têm um conhecimento bastante rico sobre os dentes, sendo eles capazes de detectar a conjuntura da questão, superar as adversidades do tema e assim construir um conhecimento significativo sobre o tema.

Depois de concluído o processo, os alunos registraram as hipóteses, na folha destinada a disciplina de Ciências. (figura 1)

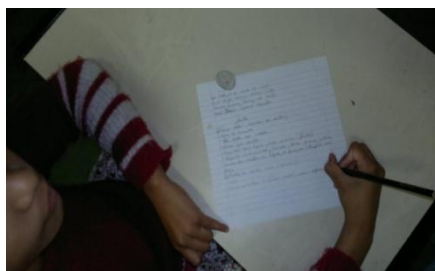


Figura 1. Aluno registrando as hipóteses

A seguir, apresentou-se aos alunos um crânio com a arcada dentária, o que tornou mais fácil a verificação dos dentes e suas posições na boca.

Os alunos tiveram a oportunidade de pegar o crânio para analisar os diferentes tipos de dentes para visualizar e compreender melhor a arcada dentária. Além disso, foram disponibilizados dentes para as crianças observarem. (figura 2 e figura 3)



Figura 2. Aluno observando em um crânio a posição dos dentes.



Figura 3. Aluno analisando as diferenças entre os dentes.

Em seguida, foi introduzida outra questão problematizadora: “Qual a função de cada dente?”

Os alunos novamente levantaram suas hipóteses sobre o tema e desta vez foram unânimes em suas respostas:

- ❖ *Cada dente tem uma função diferente na boca;*
- ❖ *Alguns servem para morder outros para mastigar... Foi dito que os do fundo servem para a mastigação e os frontais para o corte do alimento.*

Com as hipóteses levantadas, foi proposto que comessem uma fruta para verificá-las.

A fruta servida como sobremesa na merenda foi o melão. Apesar de a escolha inicial ter sido uma maçã, o melão ajudou a exemplificar com bastante clareza as funções dos dentes.

Antes de iniciar este experimento, foi solicitado que durante a mastigação eles deveriam observar e perceber a função que cada grupo de dentes realiza, quais os dentes são usados para morder o alimento, em qual local da boca ocorre a mastigação, qual a função da língua durante este processo. (figura 4).



Figura 4. Alunos comendo melão e percebendo a função de cada tipo de dente.

Ao retornar a sala de aula foi registrado o resultado pela turma, primeiro individualmente no caderno, depois coletivamente na lousa.

Chegaram às seguintes conclusões:

Cada dente tem uma função na hora de comer. Alguns servem para quebrar o alimento (dentes da frente), outros para moer a comida na boca (dentes do fundo) e a língua serve para mexer com a comida dentro da boca.

A questão problematizadora lançada a seguir foi: “Qual a importância da higiene bucal?”

Através dessa questão, os professores levantaram com os alunos as hipóteses para posteriormente dar continuidade ao trabalho em desenvolvimento:

- ❖ *Se não escovar os dentes eles caem;*
- ❖ *Tem cárie;*
- ❖ *Tem que usar dentadura;*
- ❖ *A boca fica fedida;*
- ❖ *O dente fica preto;*
- ❖ *Não arruma namorada.*

Nesta atividade os professores propuseram aos alunos que começassem um doce (algodão-doce) e em seguida, foi solicitado que eles escovassem os dentes apenas da arcada dentária superior e que passassem o fio dental somente na mesma. (figura 5)



Figura 5. Aluno comendo algodão-doce.

Após a escovação, foi solicitado que explorassem todos os dentes com a língua e sentissem se havia diferença entre a parte não escovada e a escovada.

A seguir, encontram-se alguns relatos dos alunos:

- ❖ *Tio, os de baixo tão arenosos;*
- ❖ *Os de cima estão com gosto de limpo;*
- ❖ *É ruim os sujos;*

- ❖ *Incomoda, os que não escovei;*
- ❖ *Parece que tem algo preso neles que não tem nos de cima;*
- ❖ *Posso escovar tudo agora?;*
- ❖ *Credo, que ruim, da vontade de tomar algo pra melhorar.*

Após mais essa etapa foi feita a próxima questão problematizadora: “Como fica a boca se não é bem escovada?”

Alguns relatos:

- ❖ *Fica fedida;*
- ❖ *Fica com os dentes moles;*
- ❖ *Parece que tem algo ruim dentro;*
- ❖ *O amigo da mesa reclama;*
- ❖ *Quando você fala sai comida.*

Para dar uma abrihantada e uma maior dinâmica nas exposições feitas e descobertas percebidas até agora, foi mostrado aos alunos, com o auxílio de data-show, fotos de bocas saudáveis e bocas doentes (com cáries, placas bacterianas, etc.).

Após alguns dias os professores participantes realizaram novamente as mesmas questões problematizadoras para reavaliarem os conhecimentos pré e pós a investigação sobre higiene bucal. Os dados obtidos nessa reavaliação foram às seguintes:

- ❖ *Escovando os dentes três vezes ao dia, percebi que minha boca fica mais cheirosa;*
- ❖ *Os dentes ficam mais branquinhos;*
- ❖ *É tão importante ter todos os dentes, para comer;*
- ❖ *Como é feio não ter dentes na boca;*
- ❖ *Não consigo mastigar os alimentos na parte da frente, só atrás.*

Em conversas e análises entre os professores chegou-se a conclusão que o aprendizado aconteceu a investigação tornou-se válida já que durante o desenvolvimento do projeto, percebemos que houve a diminuição de uso de balas e/ou chicletes pelos alunos, tanto na escola como no trajeto de ônibus, revelando que as atividades foram significativas.

Para finalizar foi lido, em cada sala de aula, o livro guia de saúde bucal do educador: “Você já sorriu hoje?”, que tratou de forma bem elucidativa e esclarecedora as partes e funções dos componentes bucais.

Considerações finais

As turmas envolvidas no projeto participaram ativamente de todo o processo e cada aluno pode perceber e se conscientizar da importância da escovação, principalmente no período noturno.

Além disso, os alunos gostaram muito do projeto e perguntavam bastante quando seria realizada a próxima questão problematizadora, para eles observarem, pensarem e investigarem a resposta e/ou a experiência. Observamos que a curiosidade dos alunos foi aguçada e o tema, embora simples e de habitual, foi atrativo aos mesmos.

Enfim, o trabalho propiciou a formação de salas que argumentam e procuram respostas para suas dúvidas. E que as noções adquiridas devem ser aproveitadas no cotidiano e os hábitos iniciais, foram modificados ao longo do projeto.

Em alguns momentos sentimos dificuldades para realização do projeto, devido o tempo escasso que temos na escola (reforma da instituição) e a necessidade de cumprir os conteúdos programados para o bimestre e semestre. Outro fator inesperado foi que tivemos que modificar a fruta escolhida (a maçã) por outra (melão), já que durante o desenvolvimento do projeto a fruta não apareceu no cardápio da merenda.

Acreditamos que se houvesse maior tempo para o desenvolvimento do projeto, os experimentos para averiguação da localização da mastigação (atividade com a fruta – melão) e a escovação apenas da arcada superior (o algodão doce), desenvolveríamos os experimentos com outras frutas e outros tipos de alimentos (salgados) para os alunos perceberem com mais facilidade e assimilarem melhor os resultados dos mesmos.

Temos a intenção de dar continuidade ao trabalho, retomando a questão da higienização da boca, com conversas e a realização dos experimentos citados acima, com as

outras frutas e alimentos. Estamos pensando em adaptar o projeto para a feira do conhecimento da prefeitura, já que os alunos adoraram trabalhar esse tema.

Referências bibliográficas:

BRITISH DENTAL ASSOCIATION (BDA). **Alimentação**. Disponível em: <http://www.odontointegrada.com.br/saibamais/alimentacao.htm>. Acesso em: 24 de abril de 2011.

SESC/SP. **Guia de saúde bucal do educador**. In: Sorriso é coisa séria. São Paulo, 2008.

Influência alimentar na formação e saúde dos dentes. Disponível em:

<http://www.copacabanarunners.net/dentes.html>. Acesso em: 24 de abril de 2011.

COLGATE. **O que é uma boa higiene bucal?** Disponível em:

<http://www.colgate.com.br/app/Colgate/BR/OC/Information/OralHealthBasics/GoodOralHygiene/OralHygieneBasics/WhatisGoodOralHygiene.cvsp>. Acesso em: 21 de abril de 2011.

MATIELLO, Micheli Nahás. **Odontonline – dicas de higiene bucal II: a escovação**. Disponível em:

<http://www.saudevidaonline.com.br/odontonline/prev6.htm>. Acesso em: 24 de abril de 2011.

Prevenção. Disponível em: http://www.webciencia.com/11_07dente.html. Acesso em: 24 de abril de 2011.

TIMÓTEO, MARCOS. **Saúde bucal**. 08 de dezembro de 2010. Disponível em:

<http://goleirosmaisgoleiros.blogspot.com/2010/12/saude-bucal.html>. Acesso em: 21 de abril de 2011.

SESC/SP. **Um sorriso bonito significa saúde e felicidade**. In: Sorriso é coisa séria. São Paulo, 2008.

DIRENNA, Priscilla. **Turma da Mônica e a saúde bucal**. Disponível em:

<http://drapriscilladirenna.blogspot.com/2010/05/dicas-de-saude-bucal-turma-da-monica.html>.

Acesso em: 21 de abril de 2011.