

**ÁREA TEMÁTICA:** (marque uma das opções)

- COMUNICAÇÃO
- CULTURA
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA
- EDUCAÇÃO
- MEIO AMBIENTE
- SAÚDE
- TECNOLOGIA E PRODUÇÃO
- TRABALHO

## **SALA DE ESPERA ODONTOLÓGICA COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE BUCAL**

**Carlos Alberto Machado Filho (UEPG – carlosmachado-55@hotmail.com)**

**Débora Cristina Lima de Almeida (UEPG - debora\_lima.almeida@hotmail.com)**

**Cristina Berger Fadel (UEPG – cfadel@uepg.br) (COORDENADOR DO PROJETO)**

**Resumo:** Considerando o potencial de ambiência das salas de espera odontológicas para a disseminação de informações qualitativas em saúde bucal, o projeto de extensão Nós na Rede: Contribuições da Odontologia para Educação, Prevenção e Manutenção da Saúde, vinculado ao Departamento de Odontologia da Universidade Estadual de Ponta Grossa-PR, desenvolve a presente ação. O objetivo principal é promover a ampliação do conhecimento em saúde bucal da população adulta frequentadora das clínicas odontológicas da UEPG, valendo-se do tempo que antecede a consulta ao dentista. Utilizou-se de um instrumento educativo impresso, intitulado ‘VOCÊ SABIA? 10 Curiosidades sobre saúde bucal’, visando favorecer o envolvimento de sujeitos adultos e idosos na construção de práticas e comportamentos saudáveis. Conclui-se ser a estratégia de educação em saúde proposta de extrema relevância social, uma vez que atua como meio facilitador do compartilhamento de informações e do motivar de adultos e idosos em busca de condutas mais saudáveis no campo da saúde bucal.  
**Palavras-chave:** Saúde bucal. Promoção de saúde. Educação em saúde.

## **INTRODUÇÃO**

Muitas pessoas procuram os serviços odontológicos somente quando sentem dor ou a doença bucal já está instalada; ou ainda, repelem e postergam a visita ao dentista devido a aspectos socioculturais e econômicos negativos, colaborando para instalação de novas doenças ou para o agravamento das mesmas. Somado a isto, as salas de espera de consultórios odontológicos particulares, de unidades de saúde, de hospitais ou de universidades, geralmente, são frias e estruturalmente pouco adequadas para receber os pacientes (SEIXAS, 2007), fato que pode corroborar a percepção negativa da visita ao dentista.

No entanto, o momento em que o paciente permanece nas salas de espera odontológicas expõe um enorme potencial de intervenção em saúde bucal, uma vez que os indivíduos estão predispostos a este universo. Abordagens humanizadas durante este momento de espera podem também servir para a redução do estresse e ansiedade dos pacientes frente ao atendimento (FRAIZ; MACEDO, 2001).

Na qualificação da atenção à saúde, a humanização não pode ser entendida como apenas mais uma estratégia a ser aplicada aos diversos espaços e serviços de saúde, mas como uma prática que opere transversalmente nos núcleos de saber e poder que se ocupam da produção da saúde.

Neste sentido, e considerando o potencial de ambiência das salas de espera odontológicas para a disseminação de informações qualitativas em saúde bucal, o projeto de extensão Nós na Rede: Contribuições da Odontologia para Educação, Prevenção e Manutenção da Saúde, vinculado ao Departamento de Odontologia da Universidade Estadual de Ponta Grossa-PR, desenvolve a presente ação.

## OBJETIVOS

O objetivo da presente ação extensionista é promover a ampliação do conhecimento em saúde bucal da população adulta frequentadora das clínicas odontológicas da UEPG, valendo-se do tempo que antecede a consulta ao dentista.

## METODOLOGIA

A presente iniciativa está vinculada ao projeto de extensão ‘Nós na Rede: Contribuições da Odontologia para Educação, Prevenção e Manutenção da Saúde’, do Departamento de Odontologia da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), e conta com a participação de acadêmicos graduandos e pós-graduandos, agentes universitários e professores.

O referido projeto atua como viabilizador da inserção social em busca da quebra do paradigma do ensino reprodutivo e descontextualizado, envolvendo-se em novas formas de produção do conhecimento e aplicação social, com ênfase na estratégia política e metodológica nacional denominada Educação na Saúde (BRASIL, 2009). Esta é uma das estratégias do setor saúde que trabalha na perspectiva da integralidade de saberes e práticas, pois proporciona o encontro com outros espaços, com outros agentes e com tecnologias que qualificam a relação entre os cidadãos, uma vez que pauta-se na subjetividade inerente aos

seres humanos. Suas ações são consolidadas em diversos espaços sociais, em órgãos definidores de políticas e, também, nas universidades, buscando a formação de redes de apoio ao desenvolvimento comunitário (NARVAI, 2003).

O projeto ‘Nós na Rede’ desenvolve práticas voltadas à comunidade do município de Ponta Grossa/PR e região adscrita, por meio de parcerias com equipamentos públicos, privados e instituições sem fins lucrativos. Suas ações são desenvolvidas em diversos espaços sociais, como áreas de lazer, praças, centros esportivos, feiras populares ou qualquer outro ambiente com potencialidade para a promoção da saúde, por meio da educação em saúde bucal.

Especificamente para a ação em tela, utilizou-se de um instrumento educativo impresso, intitulado ***‘VOCÊ SABIA? 10 Curiosidades sobre saúde bucal***(Figura 1). Sua finalidade é incitar a descoberta de informações relacionadas à saúde bucal, visando favorecer o envolvimento de sujeitos adultos e idosos na construção de práticas e comportamentos saudáveis. Além disso, este instrumento busca suprir a carência de políticas de apoio voltadas à pacientes em ambiência de espera de consulta odontológica na UEPG, e propiciar ao acadêmico extensionista de Odontologia uma nova vivência prática da atenção coletiva em saúde.

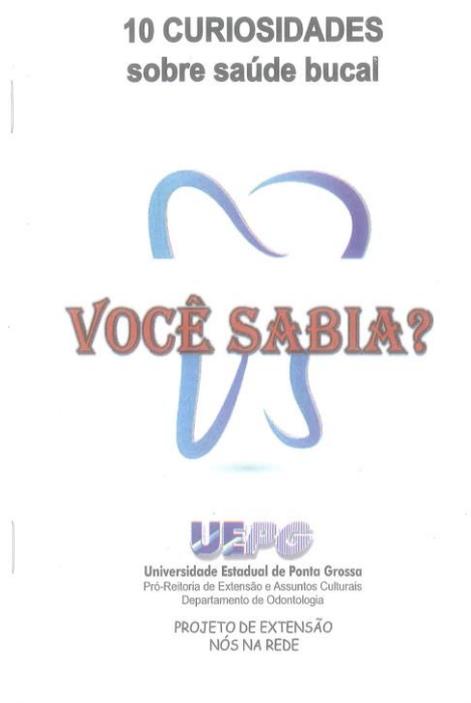


Figura 1: Capa do instrumento educativo ***‘VOCÊ SABIA? 10 Curiosidades sobre saúde bucal’***. UEPG, 2016.

O instrumento apresenta dez questões e respostas inéditas, abordando temas que geram dúvidas recorrentes sobre saúde bucal na população adulta e idosa, como etiologia e prevenção da cárie dentária, utilização de enxaguantes bucais, escovação dental, relação entre saúde bucal e doenças sistêmicas, sangramento gengival, câncer bucal e avulsão dentária.

**1**

**O USO DO ENXAGUANTE BUCAL NÃO É NECESSÁRIO PARA TODAS AS PESSOAS**

O enxaguante bucal pode ser um agente auxiliar na prevenção da doença cárie e das doenças gengivais. No entanto, o principal método para evitar essas doenças bucais é o uso correto e frequente da escova e do fio dental.

Alguns tipos de enxaguantes, a longo prazo, podem levar à mudança do paladar; outros podem causar descamação da mucosa, manchamento e escurecimento dental.

*A higiene bucal correta dispensa o uso do enxaguante, salvo sob orientação do seu dentista!*

**2**

**SEU DENTE CAIU? VOCÊ PODE SALVÁ-LO!**

Depois de um acidente você percebeu que seu dente permanente, ou o do seu filho, caiu? Nada de pânico!

Enxague-o em água corrente, sem esfregar, mas **NÃO** o segure pela raiz. Mantenha o dente em um copo com leite, soro fisiológico ou até sua própria saliva e procure um dentista imediatamente!

*Quanto mais rápido o dente for replantado, maiores as chances de sucesso.*

**3**

**FORÇA NA ESCOVAÇÃO NÃO É SINÔNIMO DE LIMPEZA**

Não é necessário comprimir excessivamente as cerdas da escova para a eliminação efetiva da placa bacteriana. O excesso de força causa abrasão (desgaste dos dentes) e recessão gengival (retração da gengiva). Nestes casos, os danos são irreversíveis.

*A escova ideal possui cerdas macias, cabeça pequena e redonda e é manuseada levemente.*

**4**

**ALIMENTOS DOCES NÃO SÃO OS ÚNICOS QUE PODEM CAUSAR CÁRIE**

A ideia de que somente os alimentos açucarados contribuem para o desenvolvimento da cárie dentária não é correta.

A formação de placa bacteriana nos dentes é favorecida pela presença de restos de qualquer tipo de alimento na cavidade bucal.

A escovação dental deve ser realizada sempre após cada refeição, seja ela composta de alimentos doces, salgados, frutas, sucos, etc.

**5**

**A ESCOVAÇÃO MAIS IMPORTANTE É A NOTURNA**

A produção de saliva é de aproximadamente 1ml/minuto em condições normais. Durante o sono esta produção diminui e a função protetora da saliva também.

Dessa forma, a boca fica sujeita a microorganismos que causam a doença cárie e doenças gengivais.

*Para desfavorecer a ação destes microorganismos, é necessário uma higiene bucal adequada, principalmente ANTES DE DORMIR.*

**6**

**A LÍNGUA TAMBÉM ACUMULA BACTÉRIAS**

A cavidade bucal abriga mais de 700 espécies de bactérias, sendo que a língua é um local de fácil retenção desses microorganismos.

Caso não ocorra a remoção mecânica (escovação) desses agentes, eles permanecerão acumulados sobre a língua, podendo causar halitose (mau hálito) e saburra (placas esbranquiçadas sobre a língua).

*Não esqueça! A escovação da língua deve ser um hábito diário.*

**7**

**SANGRAMENTO GENGIVAL NÃO IMPEDE A ESCOVAÇÃO**

Sangramento frequente da gengiva, durante a escovação dental, nem sempre significa excesso de força, mas sim a presença de GENGIVITE (inflamação gengival).

A gengivite indica falha no uso dos principais instrumentos de higiene bucal: a escova e o fio dental.

*A efetiva higienização bucal, quando realizada com frequência, pode facilmente eliminar o sangramento da gengiva.*

**8**

**PROBLEMAS BUCAIS SÃO A PRINCIPAL CAUSA DO MAU HÁLITO**

Apesar das várias causas associadas ao desenvolvimento da halitose (mau hálito) como problemas de estômago, por exemplo; na grande maioria das vezes, ela está relacionada com condições bucais: escovação inadequada, alteração na composição da saliva, doenças da boca (cárie dental e doença periodontal).

Na presença da halitose, procure melhorar seu método e frequência de escovação. Se o problema persistir procure um dentista assim que possível.

**9**

**FERIDA QUE NÃO CICATRIZA PODE SER CâNCER**

Se você possui alguma ferida na boca há mais de duas semanas que **NÃO** cicatriza, procure um dentista para uma melhor investigação.

Os principais fatores de risco para o desenvolvimento do câncer de boca são o tabagismo, o alcoolismo e a exposição excessiva dos lábios ao sol.

*Lembre-se: quando o hábito de fumar e o de beber estão presentes em uma mesma pessoa o risco do câncer bucal aumenta!*

**10**

**DOENÇAS BUCAIS INTERFEREM NA SAÚDE GERAL**

A saúde bucal interfere radicalmente em sua qualidade de vida.

Estudos recentes confirmam a relação entre doenças que surgem na cavidade bucal e doenças desenvolvidas em outros órgãos do corpo humano, como: doenças cardiovasculares, diabetes, doenças pulmonares crônicas e até complicações na gravidez.

*Visitar seu dentista regularmente e ter uma boa higiene contribuem para a manutenção de sua saúde!*

**REFERÊNCIAS**

MULLAS, R.M.O. et al. **REPLANTAR DE DENTES PERMANENTES AVULSIONADOS - RELATO DE CASO.** *S. J. Odontol.*, Arara, v.4, p. 175-181, 1996.

MARINI, M. **A RELAÇÃO ENTRE DOENÇA BUCAL E DOENÇA SISTÊMICA: UMA ATUALIZAÇÃO PARA O EXERCÍCIO DA ODONTOLOGIA.** *Essa News*, São Paulo, vol. 1, n. 1, p. 1-3, 2004.

PEREIRA, E.M.R. **EVIDÊNCIAS PRELIMINARES DA EFICÁCIA DE UM ENXAGUANTE BUCAL CONTENDO FLUORÍDIO PARA O CONTROLE DE PLACA E GENGIVITE.** Dissertação de mestrado, Faculdade de Odontologia - UFPA, Belém-Paraná, 2010.

CONDESI, R.M.C.; MARCOCCHI, L.S.; FROENDEL, R.L. **UMA NOVA TÉCNICA DE LIMPEZA DA LÍNGUA.** *Revista Brasileira de Otorrinolaringologia*, vol. 16, n. 2, p. 169-174, 2000.

SILVEIRA, J.L.O.C.; OLIVEIRA, V.; PUGH, W.H. **ANÁLISE DA REDUÇÃO DO ÍNDICE DE PLACA VISÍVEL E DO ÍNDICE DE SANGRAMENTO GENGIVAL EM UMA PRÁTICA DE PREVENÇÃO DE SAÚDE BUCAL COM CORDÃO INTERDENTAL.** *Rev. Bras. Odontol.*, vol. 17, n. 1, p. 85-92, 2007.

FROENDEL, R.L. **EFICÁCIA BUCAL NO AMBIENTE ESCOLAR - ANÁLISE DE PROFESSORES E BOLSAS DE SAÚDE BUCAL.** *Odontol. Bras.*, vol. 3, n. 14, p. 200-205, 2006.

RODRIGUES, M.L. **DESENVOLVIMENTO DE CÉLULA DE CARGA PARA MEDIR FORÇA APLICADA DURANTE A ESCOVAÇÃO DENTAL.** Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFPEL, Porto Alegre, 2002.

BLANES, L. **TRATAMENTO DE FERIDAS.** *Segunda Edição*, JCC, editor Giorgio Venetier, quarta Edição, São Paulo, 2004. Disponível em: URL: <http://www.blanes.com>

SILVA, J.M.P. **ANÁLISE DA FREQUÊNCIA DO CONSUMO DE ALIMENTOS CARBOIDRATOS E SUA RELAÇÃO COM A CÁRIE DENTÁRIA EM UMA AMOSTRA DE CRIANÇAS.** Tese de licenciatura, Universidade do Piauí, Parnaíba, Piauí, 2007.

**CUIDE-SE**

Figura 2: Páginas internas do instrumento educativo **‘VOCÊ SABIA? 10 Curiosidades sobre saúde bucal’**. UEPG, 2016.

O instrumento foi utilizado por dois acadêmicos de Odontologia, extensionistas do Projeto Nós na Rede, em 45 pacientes que aguardavam o atendimento odontológico na UEPG no mês de abril e maio de 2017. Os pacientes foram abordados de forma individual, elucidados sobre o objetivo da abordagem e, quando em acordo, participavam um diálogo com os acadêmicos. O instrumento impresso era, então, utilizado para desencadear o

conhecimento prévio dos sujeitos sobre os temas abordados e também ampliar e qualificar esses saberes.

## RESULTADOS

A educação em saúde tem sido extremamente bem sucedida na motivação e modificação de comportamentos de saúde. Tradicionalmente, sabe-se que a base para intervenções mais proffcuas em saúde deve estar ancorada no reconhecimento biológico dos sujeitos e, modernamente, também em seu contexto social (EMMONS, 2000).

No entanto, a prática aqui proposta, de utilização de um instrumento educativo impresso em salas de espera odontológicas, vem sugerindo o pronto efetivar da sensibilização e da facilitação do acesso a informações de saúde bucal.

Até o presente momento o referido instrumento foi utilizado, de forma individual, junto a 45 pacientes adultos e idosos, os quais expuseram forte receptividade e interesse em relação às questões de saúde bucal abordadas.

Dentre os adultos, as situações mais observadas foram: primeiramente, dúvidas sobre a forma correta da escovação dentária e sobre a associação do uso do tabaco com problemas bucais, seguidas de questionamentos sobre sangramento da gengiva e necessidade do enxaguante bucal. Quanto aos pacientes idosos, as dúvidas decorreram de aspectos relacionados à perda de dentes, a higienização de próteses dentárias e aos cuidados em relação a lesões bucais.

Quanto ao conhecimento prévio dos pacientes, muitos relataram, equivocadamente, que somente alimentos doces causavam a doença cárie e, acertadamente, que a escovação dentária frequente era o melhor método de prevenção de doenças bucais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, conclui-se ser a estratégia de educação em saúde proposta pelo instrumento educativo *‘VOCÊ SABIA? 10 Curiosidades sobre saúde bucal’*, de extrema relevância social, uma vez que atua como meio facilitador do compartilhamento de informações e do motivar de adultos e idosos em busca de condutas mais saudáveis no campo da saúde bucal.

Ainda, a experiência apresentada no presente trabalho mostrou-se uma ferramenta de ensino importante na formação mais humanística dos futuros profissionais de saúde, contribuindo para uma relação mais dialógica entre aluno e usuário dos serviços.

## REFERÊNCIAS

BOAS, P.C.V. et al. **Projeto Sala de Espera - Elemento Complementar de Educação em Saúde para Crianças**. Anais do 2º congresso brasileiro de extensão universitária. Belo Horizonte, UFMG, 2004.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Política Nacional de Educação Permanente em Saúde Departamento de Gestão da Educação em Saúde**. Brasília, Ministério da Saúde 2009. 64 p. Série Pactos pela Saúde 2006; v. 9

FRAIZ, F.C.; MACEDO, L.M. **Utilização da sala de espera como um elemento complementar de condicionamento da criança**. J BrasOdontopediatrOdontol Bebe, v.4, 2001.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Um panorama da saúde no Brasil: acesso e utilização dos serviços, condições de saúde e fatores de risco e proteção à saúde 2008**. Rio de Janeiro, 2010.

SEIXAS, L. **Sala de espera- um espaço muito especial**. Disponível em: [www.odontologia.com.br](http://www.odontologia.com.br). Acesso em 06 de junho de 2017.