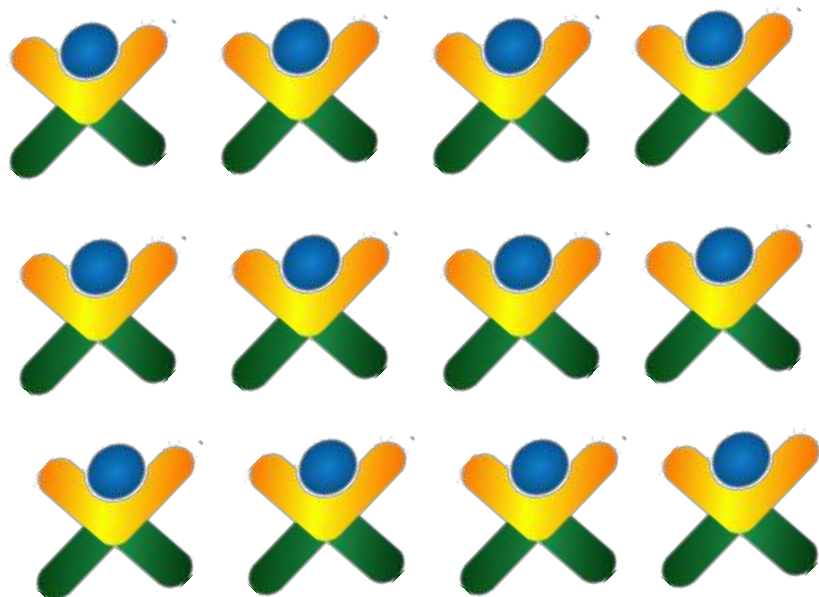


<b>Aluno:</b>	Anna Lúcia Melo Igdal
<b>Orientador:</b>	Isabela Almeida Pordeus
<b>Título da Dissertação:</b>	CONHECIMENTO E LITERACIA EM SAÚDE BUCAL DE PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL: o primeiro passo para ações educativas na escola
<b>Data de defesa:</b>	28/01/2016

### **PRODUTO TÉCNICO**

Este produto técnico refere-se a um livro (material didático) de 53 páginas cujo título é “Guia de Saúde Bucal na Escola”. Esse guia foi produzido com a colaboração dos professores que participaram do estudo principal. O guia tem como público-alvo professores do ensino fundamental e é dividido em quatro módulos.

# GUIA DE SAÚDE BUCAL NA ESCOLA



**Autora**

Anna Lúcia Melo Igdal

**Co-autores****E.M 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

**UFMG**

Isabela Almeida Pordeus  
Viviane Elisângela Gomes

**Revisão do texto**

Jussara Tavares A. Blom Gurgel

**Colaboradores****E.M. César Rodrigues**

Diretora  
Kátia Sueli Gonçalves

Professoras  
Angela de Fátima Fito Silva  
Águida Aparecida da Cruz Tavares  
Claúdia Fernanda Santos  
Luciana Cunha Longuinhas Pinto  
Maria Nazaré de Mello Gomes

**E.M Vicente Estevão dos Santos**

Diretora  
Juliane Silva Bernardo Gonçalves

Supervisoras  
Andrea Luciana Ferreira  
Virginia Stela Santos Oliveira

**Apoio**

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

Departamento de Odontologia da  
Secretaria Municipal de Saúde de  
Nova Lima

Faculdade de Odontologia da  
Universidade Federal de Minas  
Gerais (FO-UFMG)

Secretaria Municipal de Educação  
de Nova Lima

### **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 Patricia, Sueli, Ana do Pilar , Valéria, Gizelle, e do professor Rafael ( E.M. Vicente Estevão dos Santos).

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

## Apresentação

Este material é fruto de um projeto de pesquisa de um programa de Mestrado Profissional em Odontologia em Saúde Pública da Faculdade de Odontologia da UFMG. O objetivo desse projeto de pesquisa é a promoção da saúde bucal no ambiente escolar, tanto para os alunos quanto para os educadores.

Trata-se de um guia sobre Saúde Bucal, direcionado aos educadores, que foi construído com a participação de professores do ensino fundamental da rede pública de Nova Lima-MG.

Espera-se que esse material possa ajudar o professor durante o planejamento de aulas e exercícios sobre saúde bucal a serem trabalhados com seus alunos tanto na disciplina de ciências quanto nas demais.

O Guia Saúde Bucal na Escola é composto por quatro módulos. Os três primeiros são textos e o último contém sugestões de atividades e exercícios.

No final há um glossário, no qual estão as definições das palavras que aparecem sublinhadas ao longo dos textos.

O guia foi confeccionado em preto e branco para facilitar a sua reprodução.

## SUMÁRIO

<b>Módulo 1</b> – A boca e suas partes .....	6
<b>Módulo 2</b> – A placa bacteriana e seus danos à boca.....	13
Doença Cárie	
Doenças Periodontais	
<b>Módulo 3</b> – Medidas Preventivas .....	22
Higiene bucal	
Flúor	
Alimentação Saudável	
Hábitos Saudáveis	
<b>Módulo 4</b> – Sugestões de Atividades .....	32

**MÓDULO 1:**

A boca e suas partes

## 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 e o periodonto ( no qual está incluída a gengiva).

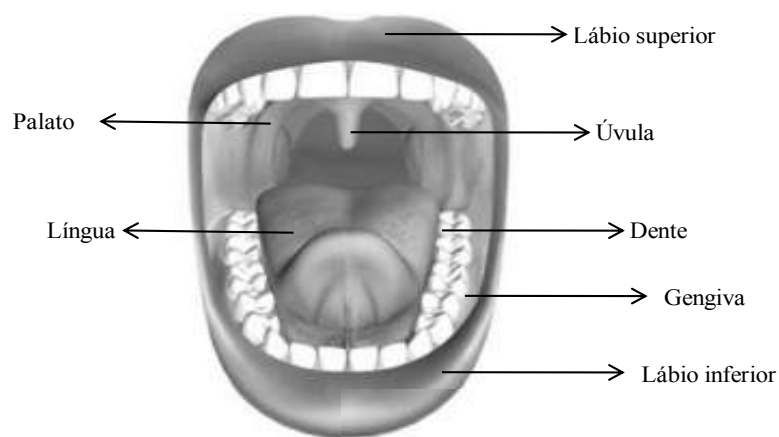


FIGURA 1 - A boca

Os **lábios** são estruturas móveis. Eles têm como funções: proteger os dentes, ajudar na fonação (fala), sucção e deglutição. Além disso, atuam na percepção de estímulos frios, quentes, táteis e de dor.

A **língua** e as **bochechas** também são móveis. Juntas posicionam os alimentos sobre os dentes. A língua possui ainda outras funções, como: participar da

fala, da gustação, da deglutição e da sensibilidade térmica e tátil.

A função da gustação se dá graças às papilas gustativas que estão na parte de cima da língua. Elas diferenciam o sabor amargo, azedo, salgado ou doce. Uma língua saudável e bem higienizada tem a cor vermelha.



O **palato** é mais conhecido como céu da boca e também participa do processo de deglutição. Ele é dividido em duas regiões: palato duro e palato mole. O palato duro fica na parte mais anterior e o palato mole fica na parte mais posterior. No palato duro estão localizadas as pregas palatinas transversais que são dobras que auxiliam na apreensão dos alimentos.

As **glândulas salivares** são responsáveis pelo umedecimento da boca e dos alimentos mastigados através 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;
- funciona como um lubrificante utilizado para a deglutição do bolo alimentar;
- possui sais minerais que combatem os ácidos que danificam os dentes e atuam na recuperação dos minerais dos dentes e
- é importante para a defesa contra microorganismos invasores, pois nela existem substâncias antibacterianas e anticorpos.

A saliva é produzida pelas glândulas salivares 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. Segundo os autores THYLSTRUP e FEJERSKA (2001), durante a mastigação, a produção de saliva num adulto pode chegar a 10 mL por minuto, ao passo que durante o sono essa produção cai para aproximadamente 0,25 mL por minuto.

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**.

## 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 fonação. Além disso, possuem grande influência na estética facial e, portanto, na auto-estima do indivíduo.

Os homens nascem sem dentes. Dos 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. Ganham esse nome porque eles têm a cor branca parecida com a cor do leite.

Os dentes permanentes como o nome já diz: são permanentes. Não serão substituídos e devem ou deveriam permanecer na boca por toda a vida.

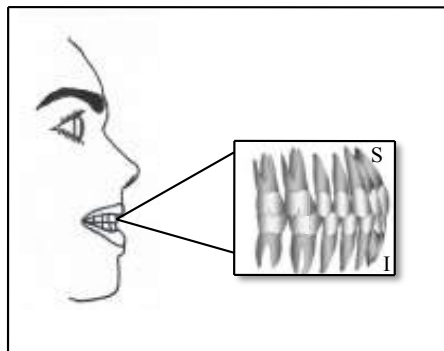


FIGURA 2 – Arcadas dentárias:  
(S) superior e (I) inferior

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

### Quais são os tipos de dentes?

Temos 4 tipos de dentes\*. Cada tipo é responsável por uma função. Na figura abaixo está cada tipo com sua respectiva função.



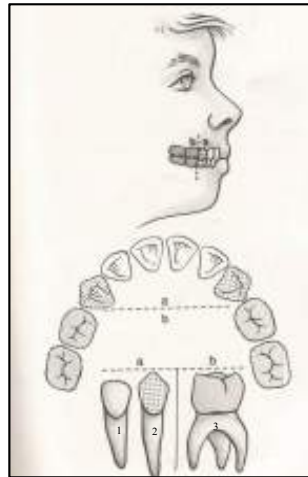
Fonte: <http://efsaudef10.blogspot.com.br/>

FIGURA 3- Tipos de dentes

\* Observação: a dentição decídua não possui dentes pré-molares. Possui apenas: incisivos, caninos e molares

**Quantos são?**

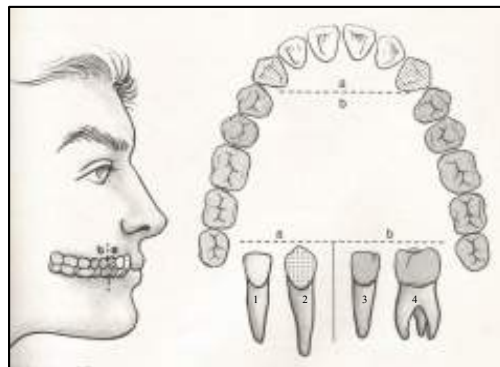
A dentição decídua é composta por 20 dentes: 8 incisivos, 4 caninos e 8 molares.



- a - dentes anteriores
- b - dentes posteriores
  
- 1- incisivo
- 2- canino
- 3- molar

FIGURA 4 - Dentição decídua \*

A dentição permanente é composta por 32 dentes: 8 incisivos, 4 caninos, 8 pré-molares e 12 molares. 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.



- a - dentes anteriores
- b - dentes posteriores
  
- 1- incisivo
- 2- canino
- 3- pré- molar
- 4- molar

FIGURA 5 - Dentição permanente \*

\* Fonte das figuras 3 e 4 : Kirchner et al., 1992.

### Quais são as suas partes?

O dentes possuem coroa, raiz e colo (FIG.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.

### Quais os seus constituintes?

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

O **esmalte** é parte mais externa do dente, ele a primeira camada do dente e está presente apenas na coroa. A composição dele é de 95% de sais 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 sais 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 sais minerais correspondem a 50%.

O dente não é maciço, dentro dele há uma cavidade que é a **cavidade pulpar**. Nela está a **polpa** do dente que é um tecido mole de cor avermelhada no qual estão presentes vasos sanguíneos, células e nervos.

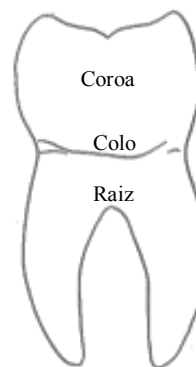
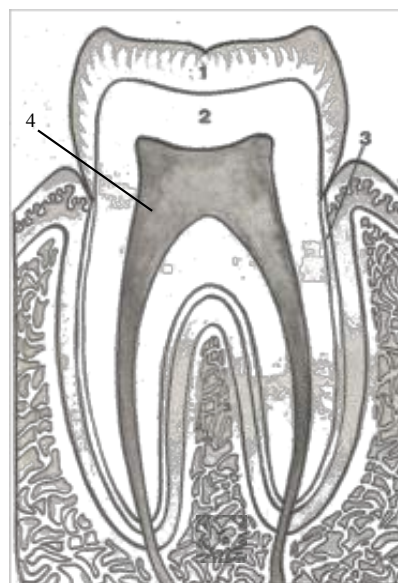


FIGURA 6 - Partes do dente



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 7 - Constituição do dente :

- (1) Esmalte
- (2) Dentina
- (3) Cimento
- (4) Polpa

## 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 8 está ilustrada a anatomia do dente e do periodonto.

O periodonto pode ser de proteção ou de sustentação.

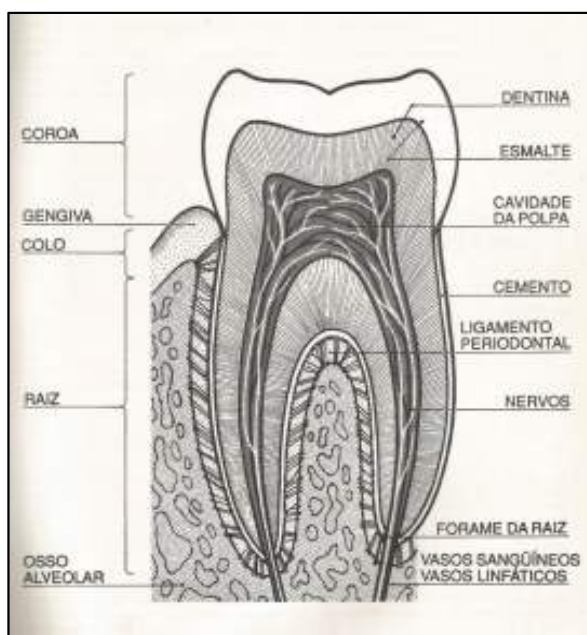
O periodonto de proteção é a **gengiva**. A gengiva recobre e protege o osso alveolar e o colo do dente. Quando ela está saudável tem a cor mais rósea.

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

**cimento** e **osso alveolar** . Juntos sustentam o dente.

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.



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 8 - Anatomia dental e periodontal

## **MÓDULO 2:**

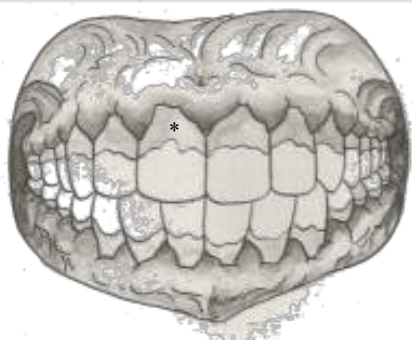
A Placa Bacteriana e seus danos à boca:

Doença Cárie

Doenças Periodontais:

- Gengivite
- Periodontite

## PLACA BACTERIANA



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 9 – A 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** (FIG. 9).

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 mau sinal, 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. 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 nos dentes, maior será a presença da doença cárie e da doença periodontal.

## A DOENÇA CÁRIE

A cárie dentária é uma das conseqüências da longa permanência da placa bacteriana sobre os dentes.

A cárie dentária é uma doença que atinge 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

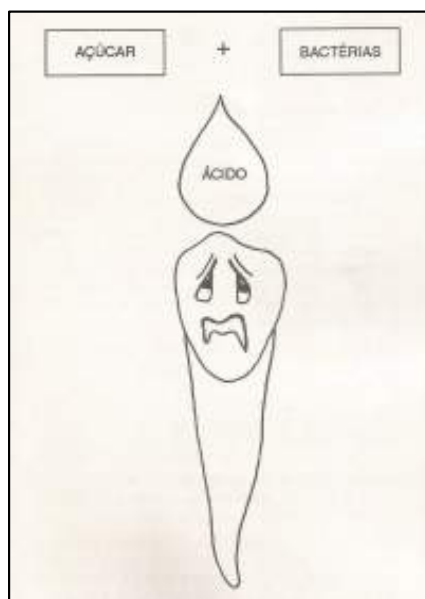
Quando comemos alimentos doces e não escovamos os dentes, ficam resíduos desses alimentos sobre os dentes e entre os dentes. O açúcar contido nesses resíduos serve de alimento para as bactérias *Streptococcus Mutans*.

Elas usam o açúcar como fonte de energia para se multiplicarem e durante esse processo elas produzem um líquido ácido (FIG.10).

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 surgir lesões cariosas e cavitações (nome popular: buracos, panelas)



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 10 – Mecanismo da doença cárie

Essas cavitações vão progredindo e quando atingem a polpa do dente causam muita dor .





A primeira fase da cárie é a desmineralização do dente, essa fase é chamada de **mancha branca** e apresenta-se como uma mancha opaca e esbranquiçada no dente. Nesse estágio é possível conter a cárie.

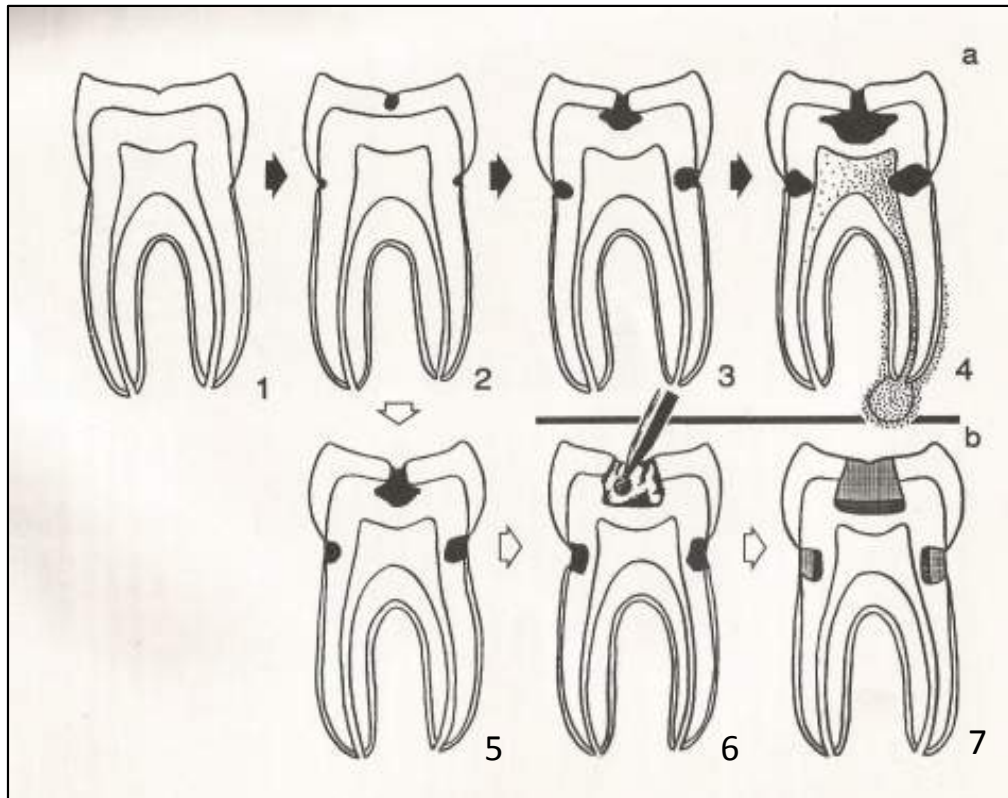
Se a desmineralização do dente continuar, a lesão cariosa evoluirá para o estágio de **cavitação**. A cavitação é conhecida popularmente como buraco. Ela começa na primeira camada do dente que é o esmalte e vai progredindo para a dentina e para a polpa. Quando a lesão cariosa atinge a dentina há a necessidade de fazer a restauração do dente (nome popular: massinha, obturação). E quando ela atinge a polpa há a necessidade de fazer o tratamento endodôntico do dente (nome popular: tratamento de canal).

Se não for feito nenhum tratamento do dente com cárie, poderá surgir o abscesso.

O **abscesso** é a formação de pus na região da gengiva na área da raiz do dente em questão. é caracterizado por inchaço da gengiva e do rosto, e 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**.

Na Figura 11 está um esquema mostrando a progressão da doença cárie.

Na parte de cima estão representados os estágios: (1) dente hígido ( sem lesão cariosa), (2) lesão cariosa em esmalte , (3) lesão cariosa em dentina, (4) lesão cariosa com envolvimento da polpa e formação de abscesso. Na parte inferior está demonstrado o tratamento restaurador de uma lesão cariosa em dentina.



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 11 – Cárie dental:

(a) estágios da lesão cariosa sem tratamento resultando na formação de abscesso:

- 1 dente hígido ( sem lesão cariosa)
- 2 lesão cariosa em esmalte
- 3 lesão cariosa em dentina
- 4 lesão cariosa com envolvimento da polpa e formação de abscesso

(b) com tratamento restaurador:

- 5 lesão cariosa em dentina
- 6 remoção da lesão cariosa
- 7 restauração do dente

Para manter o dente restaurado (FIG.11- b.7) livre de novas lesões cariosas, 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 cariosa, ela só preenche a parte do dente que foi perdida .

### **Prevenção**

Para prevenir a cárie, devemos escovar os dentes e usar o fio dental sempre depois de comer e de consumir doces, balas, chocolates, biscoitos... O ideal é não comer muitos doces e balas .

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 , diminui a poder de proteção da saliva.

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

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

### **Tratamento**

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.

## DOENÇAS PERIODONTAIS

### Gengivite

A gengivite é a inflamação da gengiva causada pelo contato da gengiva com a placa bacteriana.

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

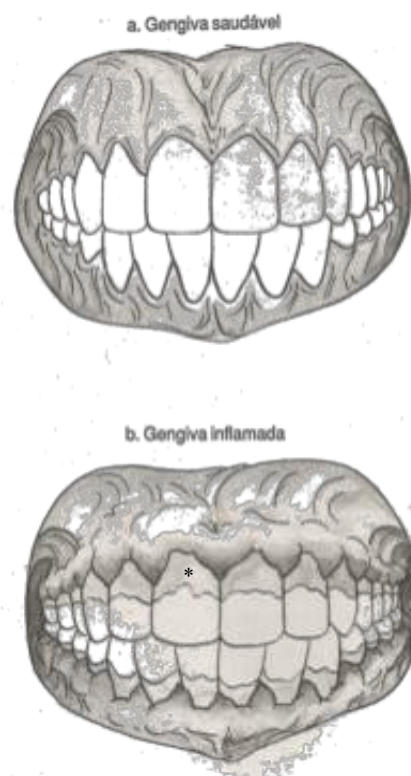
Quanto mais tempo a placa bacteriana permanece, mais ela vai endurecendo.

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**.

Os tártaros são tão duros e tão aderidos 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 12 é possível notar as características da gengiva quando está saudável e quando está inflamada. É possível perceber que inflamação causa a alteração na forma, volume e textura da gengiva deixando-a inchada 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



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 12- Características da gengiva :  
(a) Saudável e (b) inflamada.  
\* Placa bacteriana

O tratamento da gengivite é realizado pelo dentista e consiste na remoção da placa bacteriana e dos tártaros com instrumentos e equipamentos próprios.

## Periodontite

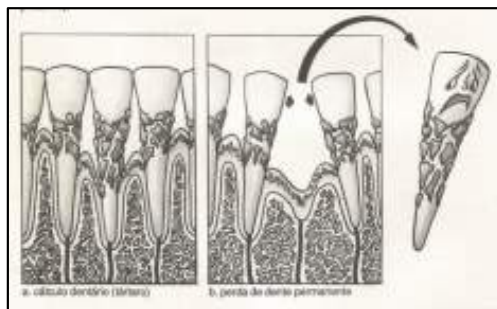
A periodontite é uma doença periodontal. Ela é caracterizada pela presença de inflamação nos outros tecidos periodontais além da gengiva. Os sintomas são: inchaço e sangramento na gengiva e presença de pus.

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.

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, o dente fica com tanta mobilidade, ou seja, tão mole que ele solta sozinho da gengiva (FIG.13).

Um outro problema decorrente da periodontite é a retração da gengiva caracterizada pelo deslocamento da gengiva em direção a região da raiz do dente. Em outras palavras: nos dentes de cima a gengiva “sobe” e nos dentes de baixo a gengiva “desce”.



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 13- A doença periodontal:  
(a) o cálculo dentário e  
(b) a perda de um dente permanente

Desse modo o colo e a raiz ficam expostos e dá a impressão de dente comprido. A exposição do colo e dá raiz podem trazer dor quando se ingere algo frio, quente, doce ou ácido. Esse quadro é conhecido como sensibilidade.

A prevenção da periodontite é a higiene bucal.

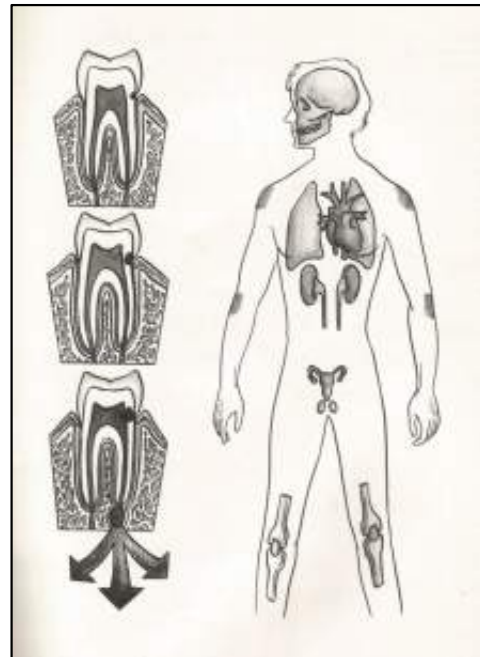
O tratamento é realizado pelo dentista e consiste na limpeza e remoção dos tártaros, em casos mais graves pode ser indicada a extração do dente.

## 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 problemas bucais podem afetar outras partes do corpo (FIG.14).

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 a auto-estima pois dentes “estragados” ou “podres” podem trazer um quadro de baixa auto-estima levando até a depressão e isolamento social.



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 14- Relação dente-corpo

### **MÓDULO 3:**

Medidas preventivas:

- Higiene Bucal
- Flúor
- Alimentação Saudável
- Hábitos Saudáveis



## MEDIDAS PREVENTIVAS

Problemas na boca podem causar: dor, mal estar, mau hálito e até baixa auto-estima. Além disso, podem causar danos a outras partes do corpo.

Sendo assim, é muito importante ter uma boca saudável. Para isso, deve-se fazer a prevenção. As medidas preventivas podem ser individuais ou coletivas.

As individuais são : higiene bucal, visitas ao dentista e estilo de vida saudável.

E as coletivas são: fluoretação da água, escovação dental e aplicação de flúor nas escolas.

### 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 sempre após comer e antes de dormir. Para fazer a higiene bucal são utilizados alguns produtos (FIG.15).

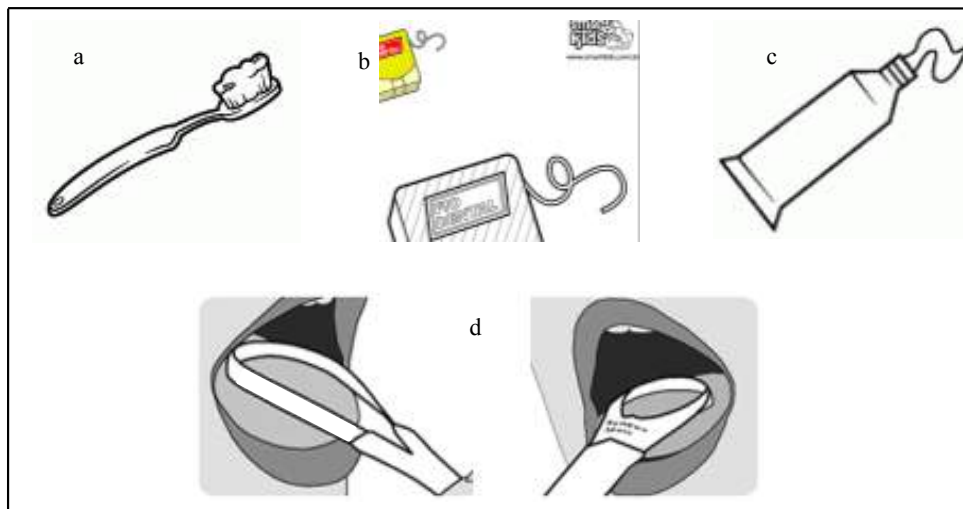


FIGURA 15- Produtos de higiene bucal : (a) escova de dente, (b) fio-dental, (c) pasta de dente e (d) limpador de língua.

### **A escova de dente**

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

Existem diferentes tamanhos de escova. O tamanho a ser escolhido 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 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 a gengiva e os espaços entre os dentes. 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, crianças de até 9 anos precisam da supervisão e ajuda de um adulto no uso do fio dental.

### **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. Mas em crianças que ainda não sabem bochechar e cuspir, deve-se passar pouca pasta na escova, pois ingestão de grande quantidade de flúor no período de formação dos dentes permanentes, leva a um quadro de fluorose dentária, que é o excesso de flúor nos dentes e se manifesta através de manchas nos dentes. Dentes com fluorose já nascem com as manchas.

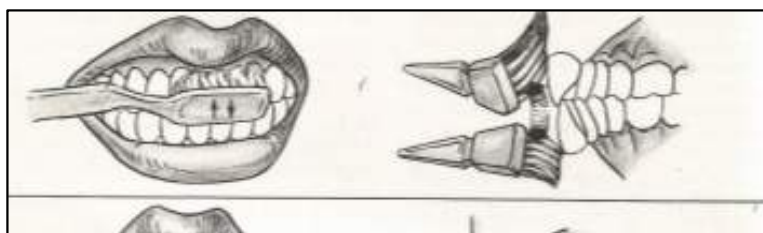
A pasta dental deve ser utilizada em pequena quantidade e não deve ser engolida. Uma dica para usar a dose certa é colocá-la no sentido da largura da escova de dente.

### 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 do 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 (FIG.16).

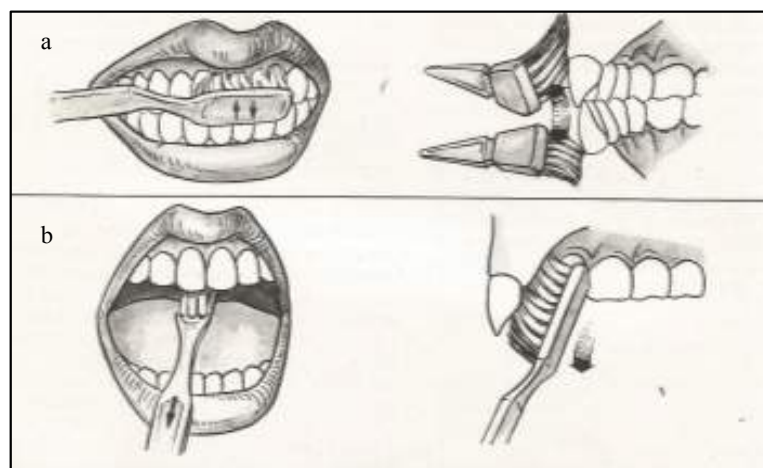


Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 16- Movimento de vai e vem

A parte da frente e atrás do dente deve ser limpa com movimento vertical similar ao **movimento de varredura** (FIG.17-a). 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 (FIG.17-b).

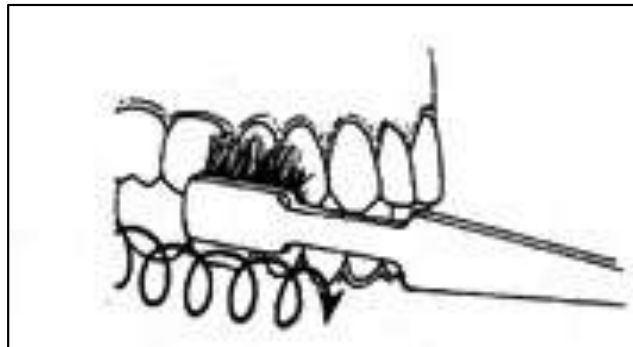


Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 17- Movimento de varredura

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 (FIG.18) . As crianças com até 9 anos precisam que um adulto confira a escovação e reforce onde estiver precisando.

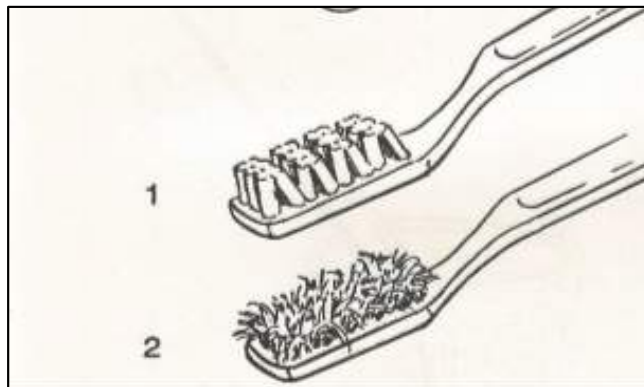


Fonte: <http://www.cenocom.es/tecnicas-de-cepillado/>

FIGURA 18- Movimentos circulares

Para escovar os dentes deve-se utilizar uma escova de dente com as cerdas em bom estado (FIG.19-1),

quando as cerdas estiverem abertas e danificadas (FIG.19-2) deve-se trocar a escova.



Fonte: *Kirchner et al., 1992.*

FIGURA 19- Estado da cerda: (1) bom estado e (2) ruim estado

## Como utilizar o fio dental ?

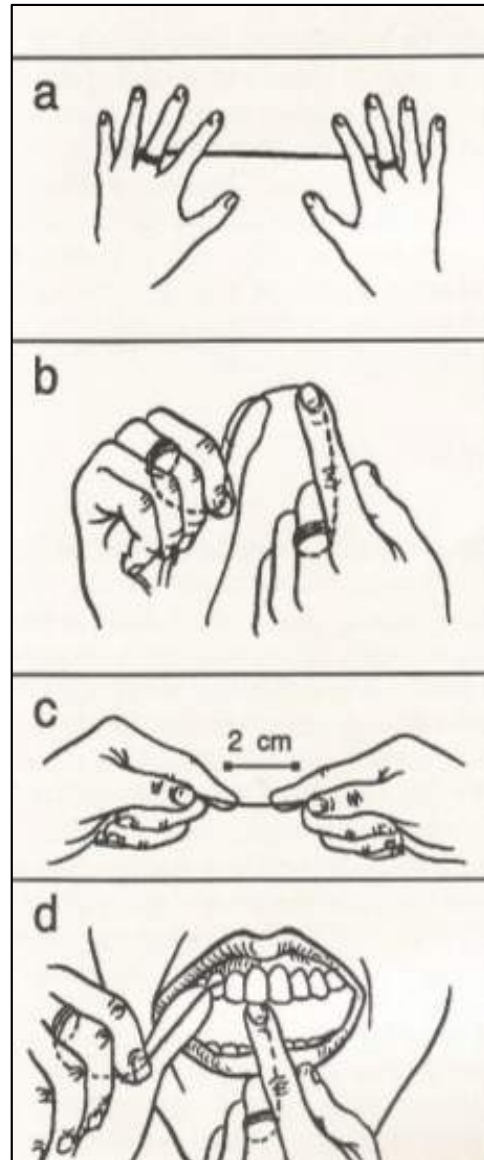
Pegue um pedaço de fio dental de 25 a 45 centímetros. Enrole em torno do dedos médios das mãos (FIG.20-a).

Depois, segure com os dedos indicadores (FIG.20-b) a uma distância de mais ou menos 2 centímetros (FIG.20-c).

Em seguida, introduza o fio dental entre os dentes até uma parte dele ficar dentro da gengiva (FIG. 20-d). Passe o fio dental como se estivesse “engraxando” o dente. 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.



Fonte: Kirchner et al., 1992.

FIGURA 20- Técnica de uso do fio dental

## 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.

## O limpador de língua

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 ( FIG. 21).



Fonte: [pt.wikihow.com/Limpar-a-sua-Lingua-Corretamente](http://pt.wikihow.com/Limpar-a-sua-Lingua-Corretamente)



Fonte: [www.vozestudiantilteotoniovillela.wordpress.com](http://www.vozestudiantilteotoniovillela.wordpress.com)

FIGURA 21 Limpeza da língua com (a) limpador de língua ou (b) com escova de dente.

## O FLÚOR

O flúor é um mineral encontrado na natureza. Ele ajuda a evitar a Doença Cárie.

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 doença 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** ( Fig. 22-a).

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

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 produção de ácido é grande e freqüente, apenas os sais minerais da saliva não são suficiente para conter o ácido. E aí começam a sair muitos sais minerais do dente na forma de íons de cálcio e íons de fosfato (íons provenientes do fosfato de cálcio).

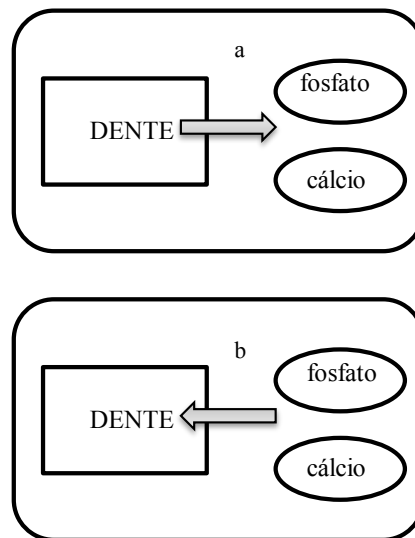


FIGURA 22- Processo des-re :

( a ) processo de desmineralização

( b ) processo de remineralização

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 remineralização 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 (Fig.23).

O fluoreto de cálcio forma uma barreira mecânica que protege o dente contra o ácido, pois ele é mais resistente que o próprio fosfato de cálcio existente no dente.

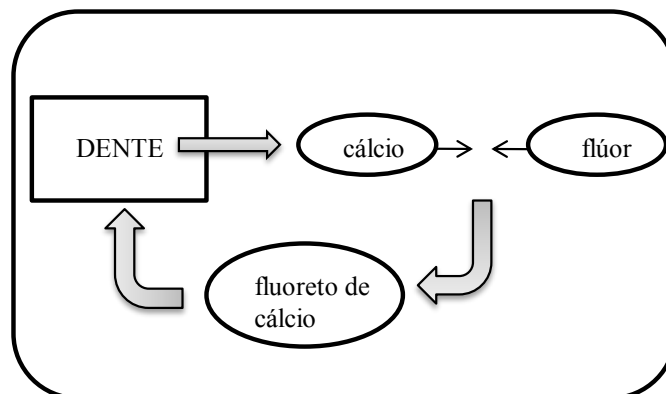


FIGURA 23 – Mecanismo de ação do flúor

## 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

doença cárie, o flúor é aplicado pelo dentista no consultório e nas escolas através da escovação dental coletiva.

## 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 deve-se escovar os dentes no mínimo três vezes ao dia. Por isso, não adianta escovar os dentes apenas antes de sair de casa, pois 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 ingeridos em doses excessivas, pois o excesso de flúor causa **fluorose dentária** que aparece como manchas nos dentes.



## 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 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 protege. Recebem a classificação de alimentos cariogênicos e não cariogênicos.

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

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

## 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 fazer exercícios.

Quanto à saúde bucal, os hábitos saudáveis são: usar fio dental e escovar os dentes após comer e antes de dormir; consumir alimentos não cariogênicos; não fumar cigarro. 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 cigarro, pois causa manchas nos dentes e doenças periodontais. Usar os dentes para abrir garrafa, pois pode-se quebrar os dentes. Dormir com os dentes sujos, pois facilita o aparecimento de tártaros, da doença cárie, gengivite e periodontite.

## **MÓDULO 4:**

Sugestões de atividades

## 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 da mesma série. Desse modo, optou-se por não estipular as séries indicadas para as atividades.

Portanto, 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 e são um pontapé inicial. Deseja-se que o usuário desse guia consiga propor outras atividades.

Os textos dos módulos anteriores também podem ser reproduzidos.

## CAÇA-PALAVRAS

ME AJUDE A ENCONTRAR OS OBJETOS QUE ME DEIXAM MAIS SAUDÁVEL.



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 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

4 \_\_\_\_\_

COMPLETE AS FRASES COM AS PALAVRAS QUE SE ENCAIXAM:

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

A \_\_\_\_\_ É UM BICHINHO QUE ESTRAGA OS DENTES.  
(CARINHO - CÁRIE)

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

## CAÇA-PALAVRAS

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

saude bucal na educaçao - A  
 ucalnaeducacao.blogspot.com.br/p/atividades.html

### -Instruções:

Para brincar com o jogo do Caça Palavras basta imprimir essa página, depois encontre no diagrama abaixo 4 palavras que fazem parte da higiene bucal.  
 Boa diversão!



C	R	E	M	E	D	E	N	T	A	L
S	C	S	E	D	O	M	A	H	Y	R
A	R	C	J	I	V	E	R	D	E	F
F	I	O	D	E	N	T	A	L	U	E
U	N	V	R	A	H	F	N	E	O	R
L	M	A	K	C	F	N	J	A	N	Q
H	S	T	I	R	E	B	A	U	S	F

Fonte:  
<http://saudebucalnaeducacao.blogspot.com.br/p/atividades.html>

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

dente – gengiva - saliva- palato - lábio - língua

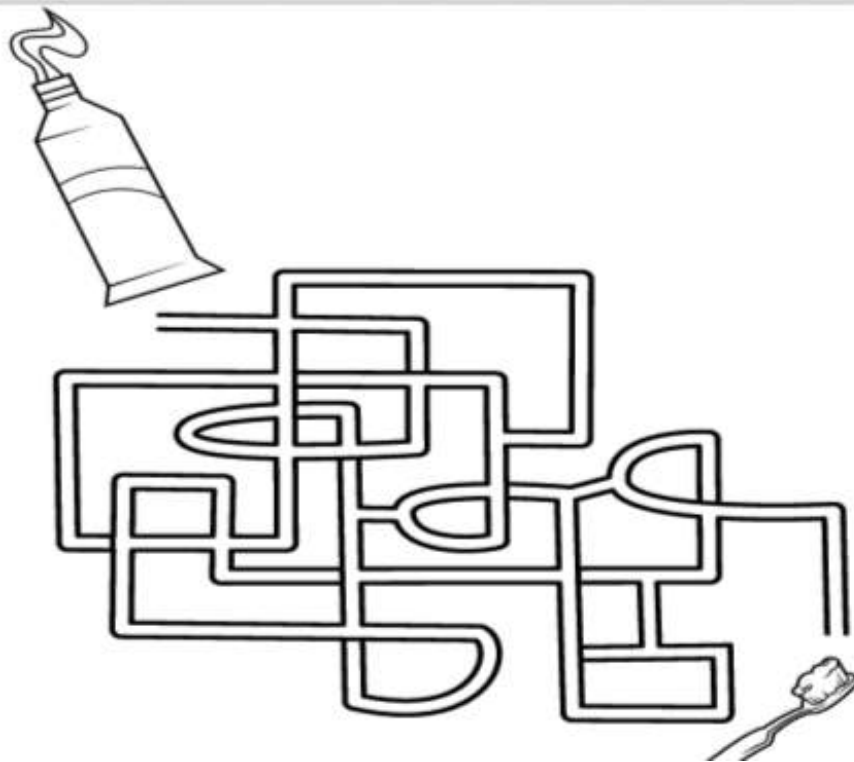


D	E	N	T	E	Y	P
P	T	X	Z	N	S	D
L	J	Y	H	L	A	F
Í	B	O	C	A	L	R
N	V	T	P	B	I	K
G	E	N	G	I	V	A
U	S	Z	V	O	A	H
A	P	A	L	A	T	O

## DESAFIOS

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

index&do=showpic&pid=8242&orderby=titleA



Fonte da figura:

[http://1papacaio.com.br/modules.php?op=modload&name=Sala\\_aula&file=index&do=showpic&pid=8242&orderby=titleA](http://1papacaio.com.br/modules.php?op=modload&name=Sala_aula&file=index&do=showpic&pid=8242&orderby=titleA)

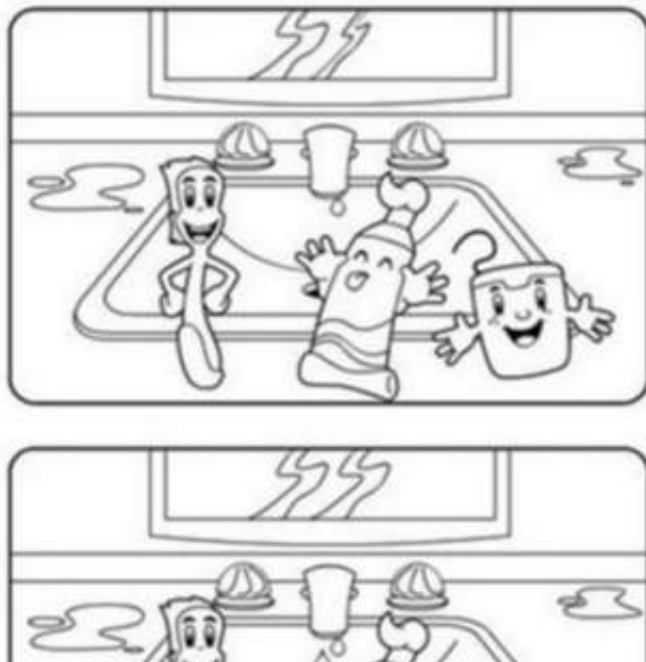


## DESAFIO

VAMOS VER QUEM CONSEGUE ENCONTRAR MAIS DIFERENÇAS ENTRE AS IMAGENS!

úde Bucal na Educação: x Turma da Mônica - Miss: x Dental Cremer:  
cacao.blogspot.com.br/2012/09/jogo-dos-sete-erros.html

Erros na figura abaixo:



Fonte: <http://saudebucalnaeducacao.blogspot.com.br/p/atividades.htm>



### DESAFIO

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

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

2) DEVEMOS 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	$1 + 8 + 7 =$	$4 + 8 =$
5 TIS	6 CO	7 DA	8 CA	$1 + 6 + 9 =$	$3 + 11 =$
9 LA	10 TA	11 TE	12 VA	$1 + 6 + 12 =$	$3 + 5 + 10 =$
				$2 + 10 =$	

2) DEVEMOS 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:

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

## PORTUGUÊS / INTERPRETAÇÃO



Fonte:

<http://saudebucalnaeducacao.blogspot.com.br/p/atividades.html>

1) OBSERVE A FIGURA E ESCREVA O QUE LAURA ESTÁ FAZENDO.

(NO CADERNO)

2) FORME FRASES BEM BONITAS A PARTIR DA IMAGEM.

(NO CADERNO)



Fonte:

<http://saudebucalnaeducacao.blogspot.com.br/p/atividades.html>

1) OBSERVE A FIGURA E ESCREVA O QUE LAURA ESTÁ FAZENDO.

(NO CADERNO)

2) FORME FRASES BEM BONITAS A PARTIR DA IMAGEM.

(NO CADERNO)



Fonte:

<http://saudebucalnaeducacao.blogspot.com.br/p/atividades.html>

1) OBSERVE A FIGURA E ESCREVA O QUE LAURA ESTÁ FAZENDO.

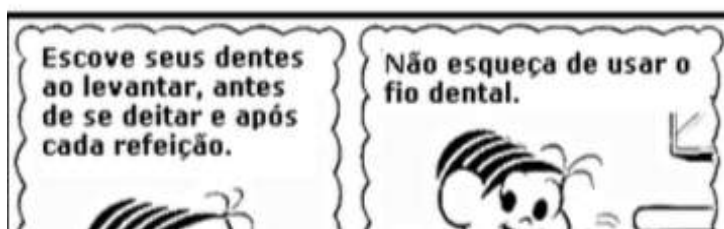
(NO CADERNO)

2) FORME FRASES BEM BONITAS A PARTIR DA IMAGEM.

(NO CADERNO)

## PORTUGUÊS / INTERPRETAÇÃO

Saúde Bucal na Educação: X Turma da Monica - Miss: X Dental Cr  
ducao.blogspot.com.br/p/tirinhas.html



Fonte: <http://saudebucalnaeducacao.blogspot.com.br/p/atividades.html>

Observe a imagem e responda.

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

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

Triste

Zangada

Feliz

Chorando

3) Forme duas frases a partir da imagem.

## 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.

c) Os músculos abrem e fecham a boca.

\_\_\_\_\_ abrem e fecham a boca.

b) A língua faz parte da boca.

\_\_\_\_\_ faz parte da 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

## 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 doença cárie .

Devido ao seu papel contra a doença cárie, 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.

Fonte da figura: <http://pt.dreamstime.com/imagens-de-stock-proteção-do-dente-image588844>

1) Qual a função do flúor?

---

---

---

2) O flúor ajuda combater qual doença?

---

3) Aonde o flúor é adicionado?

---

---

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

---

---

## 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.

## MATEMÁTICA

RESOLVA OS PROBLEMINHAS :

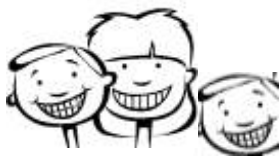


1) JOÃO TINHA 15 DENTES, NASCERAM MAIS 2. QUANTOS DENTES JOÃO TEM AGORA?

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

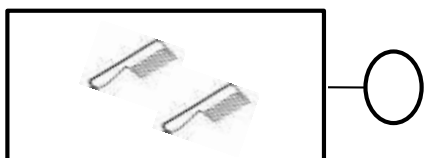
3) PEDRO TINHA 14 DENTES NA BOCA, NASCERAM MAIS 2. COM QUANTOS DENTES ELE FICOU AGORA?

**QUEM TEM MAIS DENTES? ESCREVA O NOME DENTRO DO ESPAÇO**



## MATEMÁTICA

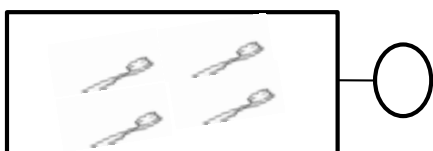
1) OBSERVE OS QUADROS :



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



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

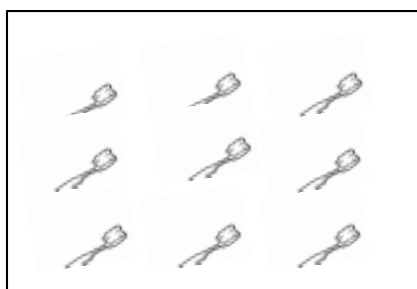


C) PINTE DE VERDE O CÍRCULO DO QUADRO COM 1 DESENHO.

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



3) CONSIDERANDO O QUADRO ABAIXO



A) CIRCULE MAIS DE 5 ESCOVAS.

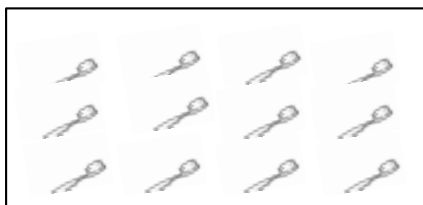
B) QUANTAS ESCOVAS DE DENTE TEM NO QUADRO?

\_\_\_\_\_



## 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 ( )

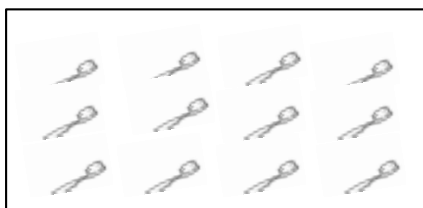
2) A DENTISTA ENTREGOU NA SALA 3 DEZENAS DE ESCOVAS. ISTO SIGNIFICA QUE ELA ENTREGOU QUANTAS ESCOVAS.? \_\_\_\_\_

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? \_\_\_\_\_

---

## 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? \_\_\_\_\_

## CIÊNCIAS

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

### 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.

## 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.

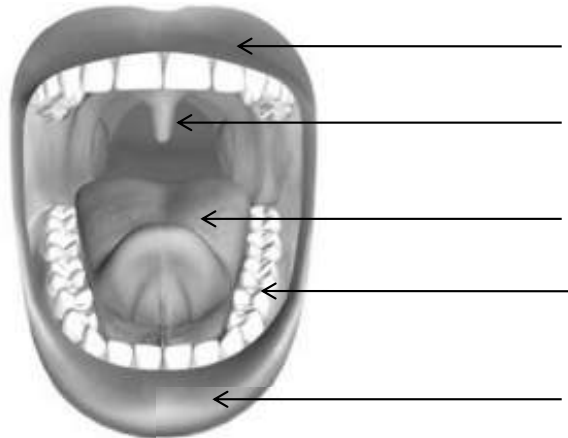
( ) A saliva ajuda na digestão pois nela está a enzima amilase salivar.

( ) A saliva é um líquido de cor amarela

## CIÊNCIAS

### A BOCA

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, 2009. Guia de recomendações para o uso de fluoretos no Brasil.

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

FLÚOR . Disponível em : <http://www.infoescola.com/elementos-quimicos/fluor/> acesso em 19/10/2015

KIRCHNER, L.U.; MENDONÇA, L.L.; COSTA, R.N. Educação para a Saúde Bucal. Manual para o ensino na escola de primeiro grau (1º a 4ªsérie) .1ed. Belo Horizonte: Editora UFMG/ISHIS,1992, 252p.

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

TEIXEIRA, LMS; REHER, P; REHER, VGS. Anatomia Aplicada à Odontologia . 1ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.A, 2001, 372p.

TIPOS DE DENTES.

Disponível em <http://efsaucecef10.blogspot.com.br/2013/03/tipos-de-dentes.html> acesso em 20/08/2015

THYLSTRUP, A; FEJERSKOV, O. Cariologia clínica.3ed. São Paulo: Santos, 2001, 421p.

## 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 .

**Cimento:** 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 dentições : 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 coberta pelo esmalte na parte da coroa e pelo cemento 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 uma dente saudável.

#### O

**Ossó alveolar:** nome dado ao osso que circunda o dente.

#### 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 cemento 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.