REUNI ATENAS Revista de Extensão Universitária Atenas Sete Lagoas

Promoção da Saúde Bucal e Hábitos Alimentares em Crianças na Infância

TiagoGabrielGomesMoreira[1]
ORCID: 0009-0008-4143-1604
Júlia Veloso Pereira[1]
ORCID: 0009-0004-7557-1227
Maria Helena Bastos Rodrigues Henrique[1]
ORCID: 0009-0003-4959-0742
Letícia Cristine da Silva [2]
ORCID: 0000-0001-9397-5007
[1] Discente FaculdadeAtenas Sete Lagoas
[2] Docente FaculdadeAtenas Sete Lagoas
Endereço para contato: tiagomoreira2907@outlook.com

RESUMO

Este estudo teve como objetivo descrever e promover ações educativas relacionadas aos hábitos alimentares e à saúde bucal em crianças, visando estimular práticas saudáveis e contribuir para a prevenção da cárie dentária. Trata-se de uma ação de extensão com abordagem descritiva, realizada em uma escola com crianças de 6 a 9 anos. Inicialmente, foi aplicado um questionário para identificar hábitos alimentares e práticas de higiene bucal. Em seguida, foi desenvolvida uma intervenção educativa por meio de encenação teatral e demonstrações práticas, utilizando linguagem lúdica e acessível para abordar a importância da higiene bucal, do uso do fio dental e da alimentação equilibrada. Observou-se que, embora as crianças apresentassem conhecimentos básicos sobre escovação dentária, ainda existiam lacunas relacionadas ao uso do fio dental e à compreensão da influência dos hábitos alimentares na saúde bucal. A atividade apresentou elevada aceitação e participação dos alunos, evidenciando que estratégias lúdicas favorecem a aprendizagem e estimulam a adoção de hábitos saudáveis. Conclui-se que ações educativas no ambiente escolar representam uma importante estratégia para fortalecer o autocuidado, promover a saúde bucal e contribuir para a prevenção da cárie dentária na infância.

Palavras chaves: *Educação em saúde, Saúde bucal, Hábitos alimentares, Crianças.*

ABSTRACT

This study aimed to describe and promote educational activities related to eating habits and oral health in children, encouraging healthy practices and contributing to the prevention of dental caries. This is a descriptive extension project carried out at a school with children aged 6 to 9 years. Initially, a questionnaire was applied to assess eating habits and oral hygiene practices. Subsequently, an educational intervention was conducted through a theatrical performance and practical demonstrations, using playful and accessible language to emphasize the importance of oral hygiene, dental floss use, and a balanced diet. The results showed that, although the children demonstrated basic knowledge about tooth brushing, gaps remained regarding the use of dental floss and the influence of eating habits on oral health. The educational activity achieved high levels of acceptance and participation, demonstrating that playful educational strategies enhance learning and encourage the adoption of healthy habits. It is concluded that educational activities in the school environment are an important strategy to strengthen self-care, promote oral health, and contribute to the prevention of dental caries during childhood.

Keywords: *Health education, Oral health, Eating habits, Children.*

INTRODUÇÃO

Os hábitos alimentares exercem influência direta na saúde bucal infantil, especialmente nos primeiros anos de vida, período essencial para a formação de comportamentos que podem se estender ao longo da vida. A cárie precoce na infância permanece como um importante problema de saúde pública no Brasil, associada não apenas à higiene bucal inadequada, mas também ao consumo frequente de alimentos ricos em açúcares e à limitada adoção de práticas preventivas. Nesse contexto, ações educativas no ambiente escolar destacam-se como estratégias relevantes para a promoção da saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de uma ação de extensão com abordagem descritiva, realizada em uma escola com crianças de 6 a 9 anos. Inicialmente, foi aplicado um questionário simples para levantamento de informações sobre hábitos alimentares e cuidados com a saúde bucal. Em seguida, desenvolveu-se uma intervenção educativa por meio de encenação teatral e demonstrações práticas, utilizando linguagem lúdica e acessível, abordando a importância da higiene bucal adequada, do uso do fio dental e da adoção de uma alimentação equilibrada. As atividades ocorreram em ambiente escolar, com o intuito de favorecer o processo de aprendizagem e o engajamento das crianças.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observou-se que, embora muitas crianças apresentassem conhecimento básico sobre escovação dentária, ainda existiam lacunas relacionadas ao uso do fio dental e à compreensão do impacto dos hábitos alimentares na saúde bucal. A atividade educativa demonstrou elevada aceitação e participação dos alunos, evidenciando que estratégias lúdicas, como o teatro, favorecem a assimilação do conteúdo e estimulam mudanças de comportamento relacionadas aos hábitos de saúde bucal. Esses achados reforçam a importância da inserção de práticas educativas contínuas no ambiente escolar, complementando o acesso aos serviços odontológicos e contribuindo para a prevenção da cárie dentária e de outras doenças bucais.

CONCLUSÃO

A realização de ações educativas voltadas à promoção da saúde bucal e à conscientização sobre hábitos alimentares saudáveis mostrou-se relevante no contexto escolar, contribuindo para o fortalecimento do autocuidado e para a formação de hábitos saudáveis desde a infância. Destaca-se a necessidade de continuidade e ampliação dessas iniciativas como estratégia fundamental para a melhoria da saúde bucal e da qualidade de vida infantil.

REFERÊNCIAS

ABDOLI, N. *et al.* Children's eating habits and the prevention of childhood obesity. *Journal of Pediatric Nursing*, v. 56, p. 18-24, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. *SB Brasil 2020: Pesquisa Nacional de Saúde Bucal: resultados principais*. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

COSTA, S. M. *et al.* Prevalência e fatores associados à cárie dentária em crianças brasileiras: dados da Pesquisa Nacional de Saúde Bucal - SB Brasil 2020. *Revista de Saúde Pública*, v. 55, n. 77, p. 1-10, 2022.

FERREIRA, M. L.; SILVA, R. C.; GOMES, T. A. Conhecimento e práticas de higiene bucal entre escolares: desafios na adesão ao uso do fio dental. *Revista de Odontopediatria e Saúde Coletiva*, v. 11, n. 3, p. 45-53, 2021.

OLCZAK-KOWALCZYK, D. *et al.* Early childhood caries: prevention and risk factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 24, p. 1-15, 2021.

OLIVEIRA, P. H.; SANTOS, E. M.; LIMA, J. P. Estratégias lúdicas na promoção da saúde bucal infantil: um estudo de intervenção escolar. *Revista Brasileira de Promoção da Saúde*, v. 36, e10589, 2023.

SOUZA, L. F.; AMARAL, R. C. Cárie precoce na infância: fatores associados e desafios para a prevenção. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 38, n. 5, e00045622, 2022.