

INTRODUÇÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE BUCAL E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

TAVARES, Alice Vitória Lima¹; SOUSA, Verônica Maria Araujo²; LEAL, Emmanuel Victor Dos Santos³; DOURADO, Jessiara Da Silva⁴; TENÓRIO, Lana Bruna Coimbra⁵; BACELAR, Joana D'arc Da Silva⁶; JÚNIOR, Quintino Manoel Rodrigues⁷; DA SILVA, Rebeca Borges⁸; DA SILVA, Sullyane Sousa Pereira⁹; FREITAS, Maria Grazielly Do Nascimento¹⁰, MENEZES, Maryllya Pereira Barros¹¹, OLIVEIRA, Kevin Vytor Martins¹², NUNES, Luciana Guimarães¹³, BELE, Geovanna Soares De Sousa¹⁴, VASCONCELOS, Vania Marisa Da Silva¹⁵

E-mail do discente apresentador: alicevitorialimatavares@gmail.com

Introdução: A saúde bucal é um componente crucial do bem-estar geral e desempenha um papel fundamental na qualidade de vida. Além disso, existe uma inter-relação significativa entre a alimentação e a saúde bucal. Uma boa saúde bucal pode facilitar a nutrição adequada.

Objetivo: Promover a conscientização sobre a relação entre a saúde bucal e a alimentação saudável, destacando como a escolha adequada de alimentos pode prevenir doenças bucais, melhorar a qualidade de vida e contribuir para a saúde geral, educar sobre higiene bucal, demonstrar a relação entre alimentação e saúde bucal, desenvolver hábitos preventivos desde cedo, estimular o interesse pelo autocuidado e promover escolhas alimentares saudáveis.

Método: Abordando uma metodologia prática e interativa, o projeto iniciou com uma conversa sobre os lanches das crianças para estabelecer conexão e, em seguida, realizou uma atividade de classificação de alimentos em "saudáveis" e "não saudáveis". Depois, um dentista demonstrou a técnica correta de escovação utilizando um modelo de jacaré, seguido por um vídeo educativo. As crianças também participaram de atividades práticas, como a escovação em bocas impressas e a "Trilha dos Alimentos", finalizando com a distribuição de kits de higiene bucal e medalhas pela fada do dente.

Resultado: Demonstração de maior conhecimento das crianças sobre quais alimentos são saudáveis e os que não são e foi evidenciado o entendimento básico sobre a importância da saúde bucal, observou-se também que elas começaram a mostrar interesse em escovar os dentes corretamente, além disso, as atividades lúdicas facilitaram o entendimento e tornaram o aprendizado divertido.

Conclusão: O projeto teve como foco educar crianças de 3 e 4 anos sobre a importância da saúde bucal e de uma alimentação equilibrada, utilizando uma abordagem prática e interativa. Como impacto, o projeto espera que as crianças adotem hábitos alimentares mais saudáveis e pratiquem a escovação correta, reduzindo riscos de doenças bucais. Além disso, almeja-se uma conscientização desde cedo, incentivando práticas saudáveis e beneficiando não apenas as crianças, mas também suas famílias e comunidades a longo prazo.

Referências

TOUGER-DECKER, R.; MOBLEY, C. Posição da Academia de Nutrição e Dietética: Saúde Bucal e Nutrição. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, v. 113, n. 5, p. 693-701, 2013

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.