

PALESTRA SOBRE HIGIENE BUCAL

Organização

Bolsistas do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação a Docência (PIBID):

Maria da Conceição Quadros Reis (Supervisora)

Fábio Moraes Novaes

Joanison Vicente dos Santos Teixeira

Jonathas de Souza Santos

Roseane Neves Marques

Sônia Teixeira dos Santos

Participação

Profissional de Saúde de Ubaíra

Público alvo

Educandos dos 6º ano do Colégio Municipal Natur de Assis Filho (CMNAF)

Parcerias

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Baiano-Campus Santa Inês

Colégio Municipal Natur de Assis Filho

Secretaria de Saúde de Ubaíra

"Ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediados pelo mundo." (Paulo Freire)

"Se a educação sozinha não transforma a sociedade, sem ela, tampouco, a sociedade muda." (Paulo Freire)



Local: Centro Cultural de Ubaíra-Ba

30 de março de 2012

Higiene bucal

OBJETIVO

Apresentar para os educandos através de um profissional da área, os cuidados básicos para uma boa higiene bucal, assim como maneiras corretas de evitar o surgimento de doenças relacionadas à falta ou a má higienização da boca.

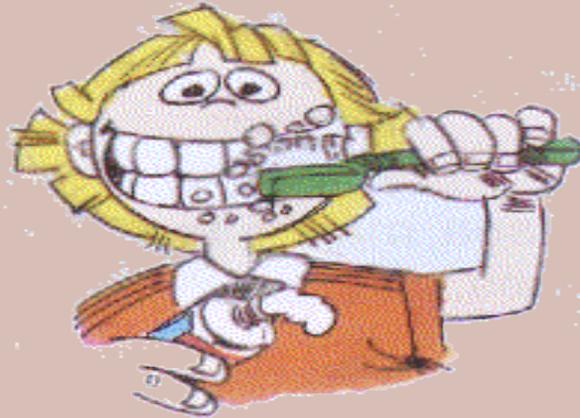
Programação

Palestra com a dentista Tanise Araujo Andrade

- + 7:30 h – 8:30 h turma A e B do 6º
- + 8:30 h – 9:30 h turma C e D do 6º
- + 9:30 h – 10:00 h coffee break
- + 10:00 h – 11:00 h turma E e F do 6º
- + 11:00 h – 11:30 h entrega dos kits de higiene bucal



Os dentes e a boca devem ser lavados depois da ingestão de alimentos, usando um creme dental com flúor. Uma higiene inadequada dos dentes dá origem à cárie dentária, que pode ser causa de inúmeras doenças.



A higiene bucal deve ser realizada diariamente com a limpeza dos dentes, a fim de evitar o surgimento de cáries e do mau hálito. As escovações devem ser após cada refeição sendo e a língua não deve ser esquecida, pois retém muitas bactérias. A visita ao dentista deve ocorrer regularmente.

A escova de dente deve ser trocada a cada três meses ou quando você perceber que ela está desgastada. O fio dental também deve ser utilizado. Além das cáries, a falta de higiene bucal causa placas, tártaro e problemas na gengiva. A vida saudável dos dentes garante não só uma aparência agradável como também ajuda na fala e na mastigação.



Outras medidas que podem ser adotadas são: a utilização do enxaguante bucal com flúor se for recomendado pelo dentista; escovar os dentes no mínimo 3 vezes ao dia; usar creme dental, etc. A escovação deve ser feita com a movimentação da escova nas partes internas e externas dos dentes e como movimentos de trás pra frente. A língua também deve ser escovada, pois é uma região que acumula muitas bactérias. Depois, usa-se o fio dental com cuidado para evitar que restos de alimento se acumulem entre os dentes.

A duração de uma escovação deve ser em média de 2 minutos; porém, a maioria das pessoas não cumpre esse período. Escove primeiro os dentes superiores; em seguida passe para os inferiores e depois os locais de mastigação. Posteriormente, a língua deve ser escovada. Utilize um creme dental adequado e realize a troca da escova de dente periodicamente.

