



ORIENTAÇÃO DE HIGIENE ORAL SUPERVISIONADA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DA AÇÃO REALIZADA

Any Fernanda Moares Limeira, Centro Universitário São Lucas

anylimeira@gmail.com

Critiane Menezes de Assis, Centro Universitário São Lucas

chrismenezzez@gmail.com

Maria Gracilenede Sousa Bezerra, Centro Universitário São Lucas

mariagracilenek5@gmail.com

Orientadora: Laurise Sousa Oliveira, Centro Universitário São Lucas

laurise.oliveira@saolucas.edu.br

INTRODUÇÃO: A saúde bucal do idoso demanda atenção por inúmeros fatores. Cuidar dos dentes significa contribuir para a saúde de todo o corpo. Afinal, a boa digestão dos alimentos e a absorção de vitaminas e nutrientes começa por uma boa mastigação. Ter uma boa saúde bucal e fazer a manutenção da higiene da mesma são atores importantes para manter a homeostasia do organismo, já que a saúde começa pela boca. **OBJETIVOS:** Orientar os idosos sobre a importância da manutenção da higiene oral para uma boa saúde dos dentes e qualidade sistêmica geral. **MATERIAL E METODOLOGIA:** A ação aconteceu no dia 22/11/2023, no Clube dos Peritos, localizado na Rua Transamazônica, 6085, no bairro Cuniã, contemplando várias atividades, tais quais: danças, palestra educativa sobre a importância da higiene bucal, palestra sobre a importância de uma boa alimentação e manutenção de hábitos saudáveis de alimentação. Houve também o momento de alongamento e fortalecimento muscular, seguido de massagens com o intuito de promover um momento relaxamento. Por fim, após essas atividades, realizamos um bingo onde, de maneira lúdica, interagimos e os presentearmos com alguns brindes. Os materiais utilizados na ação foram: cadeiras para atividades em geral. Na parte de orientação de higiene oral usamos manequim (modelo que simula uma boca), escova dental, fio dental, escova interdental, creme dental. Na parte do fortalecimento muscular contamos com o uso de algumas fitas elásticas. Na parte da estética foram utilizados cremes com a finalidade de promover a hidratação da pele dos idosos que estavam recebendo a massagem. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foram desenvolvidas ações de orientação sobre a higiene bucal, por meio de demonstrações das técnicas de escovação mais fáceis de serem realizadas, tendo em vistas as limitações motoras dos idosos. Podemos observar que muitos deles apresentaram interesse e curiosidade em aprender as técnicas que estavam sendo ministradas, outros já se mantiveram mais distantes somente observando a acadêmica Any Fernanda demonstrando as técnicas. Além das orientações sobre formas de se higienizar a cavidade oral, foram apresentadas também orientações sobre a importância da quantidade adequada do dentífrico, o tempo mínimo de uma escovação eficiente e eficaz para a redução de biofilme na cavidade, bem como a prevenção de lesões de cárie, doenças periodontais e diminuir a chance de halitose que tanto acometem o público da terceira idade. Os orientamos também a cerca do uso da prótese, que



necessita ser trocada a cada 5 anos, que deve ser retirada no período da noite para poder dar um descanso à mucosa oral.**CONCLUSÃO:** Essa ação teve como objetivo proporcionar aos idosos não somente uma manhã de laser com entretenimento, mas levar a eles de maneira fácil e acessível a importância do autocuidado, de se manter bons hábitos para assim ter uma longevidade maior e com menos doenças e comorbidades que os deixem debilitados.

Palavras-chave: Orientação, idoso, saúde bucal, prevenção.



Anais da VIII Semana da Diversidade Humana (ISSN 2675 – 1127) — 09 a 11 de outubro de 2023 — Centro Universitário São Lucas — Porto Velho