CARTILHA SOBRE SAÚDE BUCAL
“PUPILA OLHO CLÍNICO”

Projeto Gráfico e Editorial
Sebastião de Souza Lemes (FCL - Campus de Araraquara)

Produção gráfica
Páginas & Letras Editora e Gráfica Ltda.
Tels. (11) 6618-2461 - 6694-3449
e-mail: paginaseletras@uol.com.br

Universidade Estadual Paulista
"Júlio de Mesquita Filho"

Marcos Macari
Reitor

Herman Jacobus Cornelis Voorwald
Vice-Reitor

Sheila Zambello de Pinho
Pró-Reitora de Graduação

Marilza Vieira Cunha Rudge
Pró-Reitora de Pós-Graduação

José Arana Varela
Pró-Reitor de Pesquisa

Maria Amélia Maximo de Araujo
Pró-Reitora de Extensão Universitária

Júlio César Durigan
Pró-Reitor de Administração

Maria Dalva Silva Pagoto
Secretária Geral

Núcleo Negro para Pesquisa e Extensão da UNESP

Coordenação Executiva
Dagoberto José Fonseca

Vice-Coordenação
Marizilda dos Santos Menezes

Coordenação Científica
Claude Lèpini

Cartilha de Saúde Bucal
Projeto UNIAFRO

Apresentação

A **Cartilha de Saúde da População Negra intitulada "Pupila – olho clínico"** nasceu da necessidade de que o Núcleo Negro da UNESP para Pesquisa e Extensão (NUPE) pudesse, também se colocar como ator e autor de propostas e de projetos efetivos nesta área tão complexa como a área da saúde, e assim contribuir de modo ímpar e simples, mas com firmeza e atenção junto aos desafios colocados pelo movimento negro brasileiro e demais segmentos da sociedade civil e mesmo pelos agentes públicos acerca dos problemas e males que atingem a vida da maioria das populações negras e empobrecidas do Brasil, situadas no campo e na cidade, particularmente as quilombolas e as das periferias das grandes, médias e pequenas cidades do país. Esta cartilha está destinada a este segmento de gente simples e leiga, portadora de um conhecimento afro-popular imenso. Ela possui inúmeras ilustrações, procura facilitar a compreensão das informações, mas não deixa de ter o seu conteúdo científico e, ainda, se fundamenta pelo diálogo transversal entre educação e saúde.

Esta Cartilha que ora lançamos, portanto vem deste chamado, ou seja, o desafio de contribuir, enquanto um núcleo de pesquisa e extensão voltado para os interesses da população negra e que foi criado e é mantido por professores, alunos e funcionários da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" – UNESP.

Este primeiro número desta **Cartilha "Pupila – olho clínico**" visa tratar, de modo pioneiro a SAÚDE BUCAL, tratando-a de modo geral, mas dando total atenção para a higiene cotidiana, os cuidados com a nossa boca e com as doenças com maior prevalência na população negra. Como se diz popularmente "a boca é porta de entrada e de saída de muitos males que afligem todo o nosso organismo". Foram estas preocupações e o fato de termos os Grupos de Trabalho do NUPE das Faculdades de Ciências e Letras e de Odontologia, no Campus de Araraquara, que aceitamos este desafio já mencionado anteriormente. Esta Cartilha é parte do conjunto de projetos que estão no Programa de Ações

Afirmativas para a População Negra do Núcleo Negro da UNESP para Pesquisa e Extensão (NUPE) patrocinado pela Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização e Diversidade (SECAD) do Ministério da Educação em função do convênio assinado entre a UNESP e esta Secretaria em dezembro de 2005 em acordo com o PROGRAMA UNIAFRO.

O NUPE espera com a Cartilha "Pupila – olho clínico" dar sua contribuição singela, mas efetiva enquanto núcleo de pesquisa e extensão que nasceu no ano de 2000, no seio da UNESP, com o desafio de participar e construir mecanismos de ação e de intervenção na realidade social, cultural, política e educacional do país, dando prioridade para um olhar que focasse a população negra.

O NUPE agradece todos os que trabalharam para a realização desta publicação, desde a pesquisadora, o chargista ilustrador e as instituições comprometidas com este esforço político e acadêmico.

Finalmente, queremos informar que a nossa "Pupila – olho clínico" nasce para atender os desafios já citados, mas também com o desafio institucional de ser uma publicação anual do NUPE, sendo de responsabilidade do Conselho Superior do NUPE e das demais instituições que se interessarem em participar deste veículo de extrema necessidade para a educação e a saúde da população negra do Brasil e que tenham relações históricas e culturais com este país.

abertura cartilha.p65 6 5/7/2007, 09:26

Sumário

Apresentação V

Saúde Bucal 1

Saúde Bucal da Gestante 7

Saúde Bucal das Crianças 18

Saúde Bucal do Adulto 21

Saúde Bucal na Terceira Idade 28

Saúde Bucal e Diabetes 46

DSTs (Doenças sexualmente transmissíveis) 48

Conclusões 55

Referências Bibliográficas 57

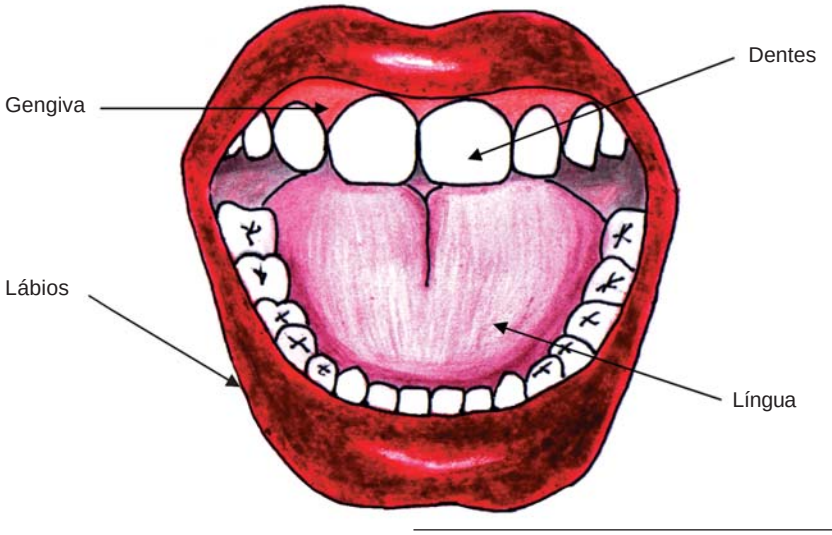
SAÚDE BUCAL

Para ter um sorriso bonito e saudável é preciso cuidar bem dos dentes e da gengiva, ter uma boa alimentação e hábitos de higiene.

Os dentes são muito importantes!

Nossos dentes também são responsáveis por nossa saúde. Eles auxiliam na digestão dos alimentos por meio da mastigação.

A Nossa Boca



miolo cartilha.p65 1 5/7/2007, 11:47

Existem diferenças na forma do rosto, da boca e dos dentes, dependendo da raça. As pessoas da raça negra quando comparadas com as da raça branca, apresentam o nariz mais largo, mais grosso, mais curto e achatado. A boca é mais larga e os lábios são volumosos, grandes e salientes. Os dentes são maiores e mais largos e a gengiva apresenta uma coloração mais acinzentada. Na gengiva é comum encontramos manchas mais escuras formadas por um pigmento chamado de melanina. Esse pigmento também é responsável pela cor da pele.

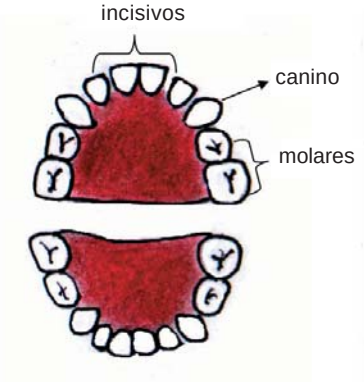
Os negros possuem mais melanina na pele por isso apresentam a pele mais escura. A mandíbula (queixo) do negro é maior e mais forte, e se projeta para frente, e a testa mais baixa e retraída (para trás).

Devido as diferenças no tamanho das arcadas dentárias, o dentista, muitas vezes, necessita usar moldeiras maiores para fazer o molde da boca do paciente.

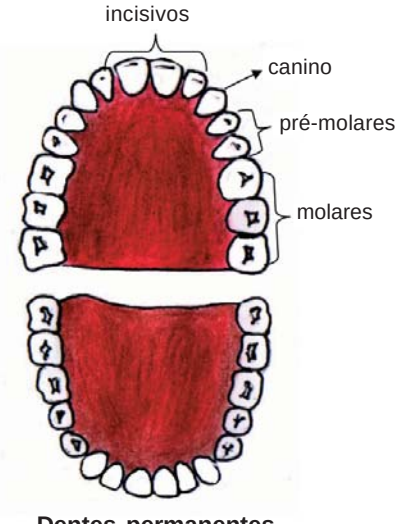
miolo cartilha.p65 2 5/7/2007, 11:47

Possuímos 2 dentições!

Dentes decíduos (“de leite”) – São em número de 20 dentes, sendo 10 em cada arcada. Os primeiros dentes de leite começam a “nascer” por volta dos 6 meses de idade e os últimos terminam por volta dos 2 anos. Aos 6 anos a criança tem o primeiro dente permanente (1º molares), que vem atrás dos últimos molares de leite. Nessa fase começa a troca dos dentes de leite pelos permanentes. Por volta dos 17 anos começam a nascer os últimos dentes permanentes que são os 3º molares, que são conhecidos como dentes do “siso.” Uma pessoa adulta tem 32 dentes permanentes.



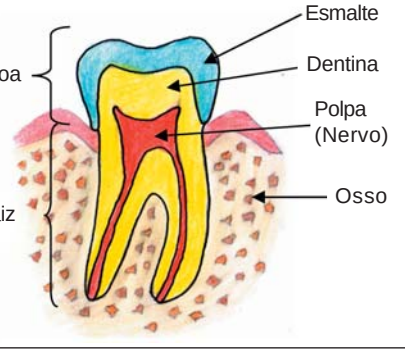
Dentes decíduos (“de leite”)



Dentes permanentes

Os dentes são formados de duas partes, a coroa e a raiz. A coroa é a parte do dente que fica fora da gengiva e a raiz é a parte que fica dentro do osso que é recoberto pela gengiva.

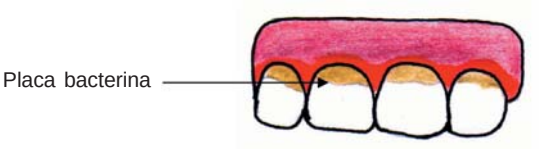
A coroa é formada por duas camadas de diferentes tecidos (materiais). A camada de fora é dura e polida como o vidro e se chama, esmalte. A camada de dentro é um pouco mais mole e muito sensível, sendo chamada de dentina. O dente possui ainda uma cavidade interna na qual se acha a polpa dentária que também é chamada de nervo.



miolo cartilha.p65 3 5/7/2007, 11:47

Prejudicam os dentes:

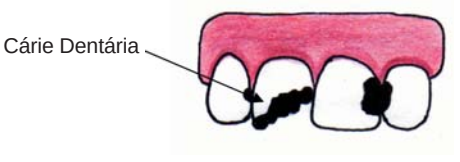
Placa bacteriana – formada por restos de comida e bactérias. É invisível, pegajosa e gruda fortemente nos dentes.



As bactérias da placa bacteriana produzem um ácido muito forte que ataca os dentes e as gengivas. Os dentes ficam com cáries e as gengivas inflamadas.

Cárie dentária

A cárie começa na superfície do dente ou entre os dentes ou ainda onde o dente encontra a gengiva. No inicio forma uma mancha branca, que se não for cuidada vai formando um buraco e com o tempo pode atingir a polpa do dente (nervo), provocando muita dor. Se os dentes não forem tratados serão destruídos e a pessoa fica “banguela”.



Além da dor, a cárie pode provocar infecção no osso e abscessos (bolha de pus)

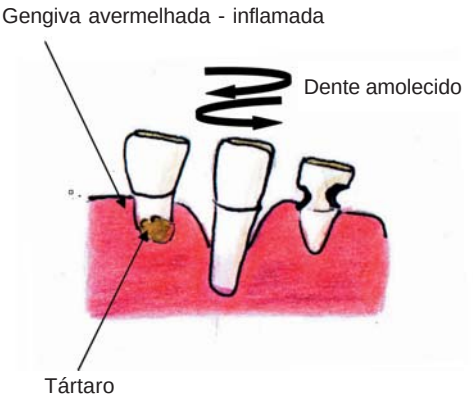
miolo cartilha.p65 4 5/7/2007, 11:47

Inflamação da gengiva

A gengiva sadia deve estar firmemente presa ao dente e ao osso abaixo do dente. Ela tem coloração rosa pálida em pessoas de pele branca e acinzentada em pessoas de pele mais escura.

As bactérias da placa também atacam a gengiva que fica inchada, avermelhada e começa a sangrar. A inflamação da gengiva é chamada de gengivite.

Se a gengivite não for tratada, a doença evolui e ataca o osso que segura o dente. Dessa forma o dente fica abalado, solto e como o tempo "cai". Quando a doença atinge osso é chamada de periodontite.



A placa bacteriana, se não removida pode vir a "endurecer, formando uma crosta sobre os dentes, chamada de cálculo ou tártaro que irrita a gengiva e ataca o osso. O tártaro é muito duro e depois de formado têm que ser retirado pelo dentista.

Isto é provocado pela falta de escovação dos dentes ou pela escovação errada.

miolo cartilha.p65 5 5/7/2007, 11:47

Atenção:

Evite o consumo de bebidas ou alimentos açucarados, principalmente aqueles que grudam nos dentes.

Se você não deixar de comer doces, coma-os apenas durante as refeições (café da manhã, almoço e jantar) e nunca entre as refeições.

A importância do flúor

O flúor protege os dentes contra as cáries

A incidência de cáries é menor nas pessoas que vivem em cidades onde a água de consumo é fluoretada, quando comparadas àquelas onde a água não é fluoretada.

A LEI Nº 6.050, DE 24 DE MAIO DE 1974
Dispõe sobre a fluoretação da água em sistemas de abastecimento quando existir estação de tratamento.

É um direito seu!

miolo cartilha.p65 6 5/7/2007, 11:47

SAÚDE BUCAL DA GESTANTE

A gestante deve manter bons hábitos durante a gestação, pois assim, além de garantir a própria saúde, garante também a do seu bebê.

A gravidez faz com que aumente o número de cáries?

NÃO. A gravidez **não é responsável** pelo aparecimento de cáries e nem pelas doenças das gengivas. O que estraga os dentes é o aumento do consumo de doces e a presença da placa bacteriana.

miolo cartilha.p65 7 5/7/2007, 11:47

Tratamento dentário na gravidez

A gestante pode receber tratamento dentário durante a gravidez. Uma infecção na boca pode levar bactérias para outras partes do corpo, podendo provocar partos prematuros e até nascimentos de bebês com baixo peso.

Dieta da gestante

Uma alimentação saudável é importante para manter a saúde da futura mamãe e o bom desenvolvimento do bebê. A gestante deve ingerir alimentos naturais e variados como leite, ovos, carnes, aves, peixes, feijões, frutas, legumes, verduras e cereais (arroz, batata, milho, etc).

A gestante deve evitar alimentos com muito açúcar pois, a partir do 4º mês de gravidez começa a se desenvolver o paladar do bebê, e se a futura mamãe comer muito doces, seu bebê também irá gostar de doces.

miolo cartilha.p65 8 5/7/2007, 11:47

Amamentação

Leite materno – “O alimento mais completo do mundo”

Colostro

O colostro é o primeiro leite. Aquele que aparece já no final da gravidez e aumenta nas primeiras horas após o parto. Parece um leite aguado e fino, mas é muito importante para o bebê.

Tem efeito laxativo ajudando a limpar o intestino do bebê, além da função protetora contra bactérias, vírus e parasitas. O colostro evolui para leite maduro entre 3 a 14 dias após o parto.

Não existe leite fraco

O leite materno possui dezenas de componentes conhecidos (água, proteínas, gordura, lactose, cálcio, ferro, fósforo, sódio, zinco, vitaminas B_6, B_{12}, C e D.

Quanto mais a mãe amamenta, mais leite é formado.

O leite materno proporciona exclusiva proteção contra infecções e alergias, além de estimular as defesas do organismo.

miolo cartilha.p65 9 5/7/2007, 11:47

A amamentação é boa para a mãe e para o bebê:

- Crianças aleitadas ao peito são mais inteligentes.
- A amamentação diminui a probabilidade de câncer de mama.
- A mãe que amamenta volta a sua forma mais rápido.
- É uma forma de dar carinho e amor ao bebê.

Cuidados com os peitos na gestação

Os seios devem ser preparados durante os últimos meses da gestação. É importante fortalecer a pele delicada do mamilo (bico) e assim, evitar futuras rachaduras que levam muitas mulheres a deixar de amamentar.

O que se deve fazer?

Tomar banho de sol nos seios (“topless”) antes das 10 hs e depois das 16:00 hs.

miolo cartilha.p65 10 5/7/2007, 11:47

Não usar óleos e cremes na região areolar (rodela marrom)

A gestante apresenta na região areolar, pequenas glândulas produzem um óleo natural, já na medida certa para ajudar no preparo da região quando o bebê for sugar. Os óleos e os cremes comprados podem impedir a ação desse óleo natural, além de deixar a pele da aréola muito fina, chegando a rachar quando o bebê começar a sugar.

Não esfregar buchas, escovas ou toalhas felpudas na aréola e mamilos

O uso de buchas, escovas ou toalhas felpudas pode descamar (retirar a proteção da aréola) e ainda deixar os mamilos (bicos) doloridos.

Não lavar muito o peito

Lavar a região da aréola e mamilo várias vezes ao dia com água e sabonete faz com que a pele resseque e machuque o bico quando o bebê começar sugar.

Cuidados com os peitos após a gestação

Não usar óleos e cremes na região areolar (rodela marrom)

O leite materno protege naturalmente essa região

Evite que o peito fique empedrado

Quando o peito está muito cheio, a mama toda fica endurecida, pesada e a região do bico e aréola também fica esticada, dificultando o bebê pegar o bico e a auréola, Por isso, é importante lembrar de esvaziar a região areolar para deixá-la flexível para que o bebê consiga pegar bem o bico, sem machucar.
Faça massagens suaves em todo o peito, coloque os dedos polegar e o indicador na linha que divide a areola (rodela marrom) do restante do peito e aperte suavemente um dedo contra o outro. O leite inicialmente sai em gotas e logo após em pequenos jatos.

miolo cartilha.p65 11 5/7/2007, 11:47

Não usar compressas quentes

Não usar compressas quentes para aliviar a dor nos peitos, pois alivia os sintomas na hora em que é colocada, mas logo em seguida, volta a doer ainda mais.

Não amamentar outro bebê que não seja o seu

Pelo leite materno podem ser transmitidas algumas doenças como AIDS e hepatite.

Amamentação desenvolve os músculos da face, os ossos e evita que os dentes fiquem “tortos”.

Quando o bebê mama, normalmente, ele fica bastante transpirado, isto porque ele precisa fazer muita força para sugar o peito. Esse exercício é o responsável pelo crescimento harmonioso da face e dentição.

Não use mamadeiras

Quando o bebê é amamentado com mamadeira,ele não faz esse exercício, principalmente quando o bico da mamadeira tem um furo muito grande, dessa forma fica muito fácil sugar o leite, não necessitando nenhum esforço por parte da criança.

A posição durante a mamada é importante

A criança deverá ficar o mais verticalizada (erguida) possível, o que também facilita engolir o leite.

miolo cartilha.p65 12 5/7/2007, 11:47

Importante:

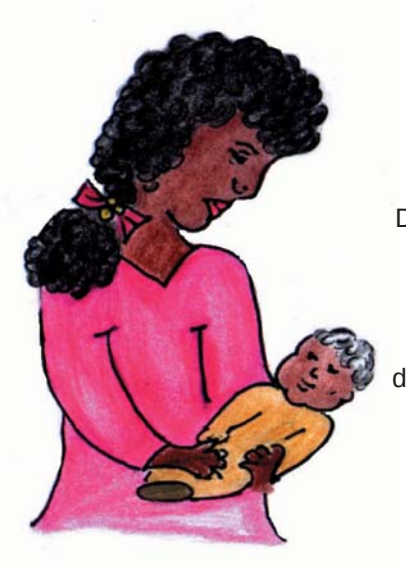
A partir dos quatro meses, quando a mãe lentamente começar a introduzir outros alimentos (desmame), deverá fazê-lo usando apenas copos e colheres, evitando o uso de mamadeira ou “chuquinha”.

Idade de parar de amamentar

Amamentação é importante até os 2 anos ou mais. O leite sempre acompanha o crescimento do bebê e vai se modificando a cada dia.

miolo cartilha.p65 13 5/7/2007, 11:47

Cuidados com o recém-nascido



Limpeza da boca do bebê

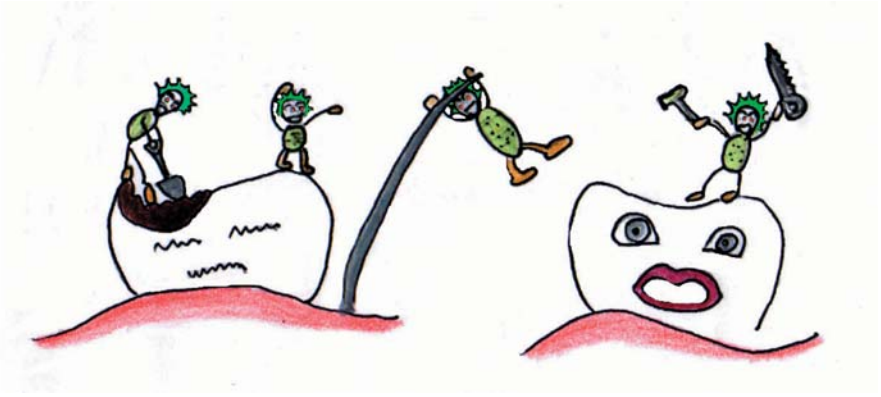
Do nascimento até mais ou menos seis meses, o bebê é alimentado somente com leite materno. Mas o fato de ingerir apenas leite não significa que não é necessária a limpeza da boca do bebê, mesmo que o primeiro dentinho ainda não tenha aparecido.

Limpe a gengiva do bebê uma vez ao dia. Além de evitar a proliferação de bactérias fará com que ele se acostume com a higiene.

Com uma gaze, ou ponta de fralda seca ou embebida em água filtrada e fervida, os resíduos de leite são retirados, delicadamente, da boca do bebê.

miolo cartilha.p65 14 5/7/2007, 11:47

Cárie pega?



SIM. A cárie é transmissível

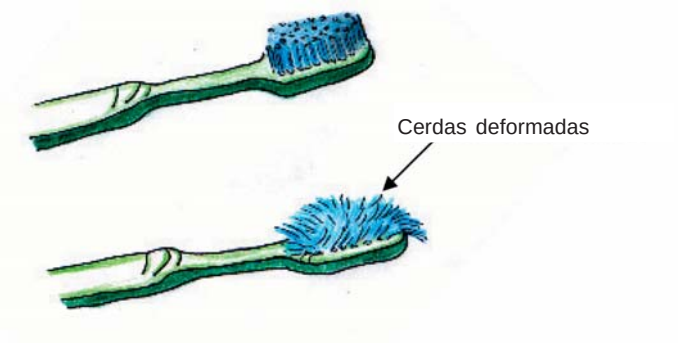
Beijos na boca do bebê, assoprar o alimento para esfriá-lo e o uso compartilhado de copos e talheres devem ser evitados desde cedo. As bactérias presentes na boca dos adultos aderem aos dentes da criança favorecendo o aparecimento de cáries.

Evite experimentar o sabor ou a temperatura da comida que você dará a seu bebê, pois poderá levar bactérias de sua boca para a boquinha de seu filho e "passar" doenças para ele.

miolo cartilha.p65 15 5/7/2007, 11:47

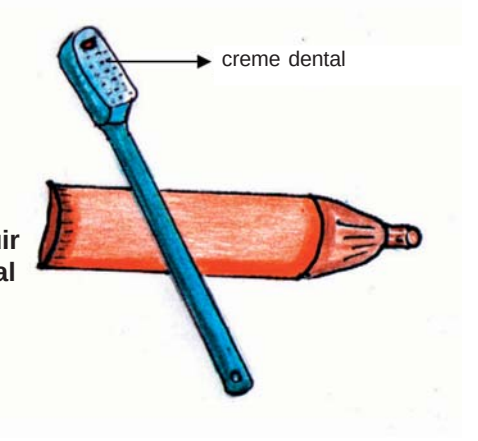
Escovas

A escova precisa ter cerdas macias e arredondadas e ser de acordo com o tamanho da boca do bebê. As escovas têm que ser trocadas quando suas cerdas se deformarem.



Creme dental

Os cremes dentais possuem muito flúor e como o bebê pode engolir parte dele é melhor escolher um creme dental sem flúor. Quando a criança já conseguir cuspir está indicado o creme dental com flúor, colocando na escova uma quantidade muito pequena.



LIMPEZA DA ESCOVA

A escova pode acumular bactérias, por isso, após completar a escovação é importante lavá-la com água limpa e secá-la. As escovas devem ser guardadas separadamente. É importante que cada pessoa da família tenha sua própria escova.

miolo cartilha.p65 16 5/7/2007, 11:47

Os bebês também podem ter cáries

Cárie de mamadeira

São cáries causadas pela exposição freqüente a líquidos que contém açúcar, como o leite, xaropes e os sucos de fruta. Os líquidos que contém açúcar se acumulam ao redor dos dentes por longos períodos de tempo, enquanto seu bebê está dormindo, provocando as cáries, que primeiro se desenvolvem nos dentes da frente e depois se espalham para os outros de trás.

À noite a saliva torna-se pouca e a limpeza natural não ocorre, o que deixa os dentes muito desprotegidos. A fermentação feita pelas bactérias, principalmente, na presença de açúcar forma ácidos que atacam todos os dentes, causando as chamadas **cáries de mamadeira.**

Nunca deixe sua criança adormecer com a mamadeira de leite ou suco na boca. Após cada mamada, limpe os dentes e as gengivas do seu bebê com um pano limpo ou uma gaze umedecida.

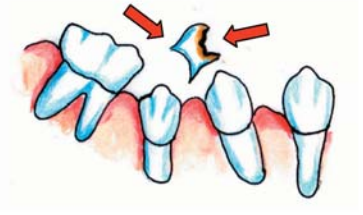
miolo cartilha.p65 17 5/7/2007, 11:47

SAÚDE BUCAL DAS CRIANÇAS

A importância dos dentes de leite

Os dentes de leite sadios garantem o correto desenvolvimento dos ossos e músculos da face. Ajudam a criança a mastigar melhor e com isso melhora a digestão dos alimentos .

A perda dos dentes de “leite” antes do tempo pode representar a perda de espaço para o dente permanente que vem no seu lugar.



A presença dos dentes de leite é muito importante porque prepara o caminho (guia) para que os dentes permanentes “nasçam” no lugar certo.

A perda dos dentes de leite por cárie pode representar uma perda de espaço para o dente permanente que pode vir a “nascer torto”.

Os dentes de leite quando cariados podem contaminar outros dentes, inclusive os dentes permanentes que já estiverem presentes. Se não forem tratados poderão ser causa de outros problemas de saúde, como exemplo, a febre reumática.

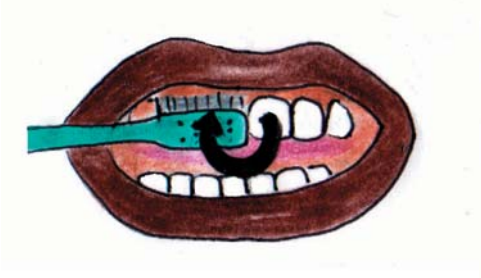
miolo cartilha.p65 18 5/7/2007, 11:47

Higiene bucal das crianças

É interessante que os pais façam sempre sua escovação na frente da criança para que ela possa imitá-los

Técnica de escovação para crianças até aos 6 anos de idade

[Como a criança deve escovar seus dentes]



1 - Realizar movimentos circulares (redondinho) nas faces externas (lado de fora) e internas (lado de dentro) de todos os dentes.

2 - Realizar movimentos horizontais ("vai e vem") nas superfícies de mastigação.

Lembrete: Os pais precisam supervisionar a escovação da criança até aos 10 anos de idade.

miolo cartilha.p65 19 5/7/2007, 11:47

Após a criança ter escovado os próprios dentes, os pais deverão escová-los da seguinte maneira:

Fique de pé atrás da criança. Com a mão esquerda afaste os lábios e as bochechas do seu filho e com a mão direita escove os lados de fora e de dentro dos dentes com movimentos circulares. Escove a parte de cima dos dentes, onde se mastiga com movimentos de “vai e vem”.

miolo cartilha.p65 20 5/7/2007, 11:47

SAÚDE BUCAL DO ADULTO

As principais doenças bucais que representam as maiores causas de perda dos dentes: são a cárie, as doenças que afetam as gengivas (gengivite) e o osso que sustenta os dentes (periodontite).

Como prevenir a cárie e a doença gengival?

Essas doenças podem ser prevenidas por meio de escovação adequada dos dentes, uso de fio dental e alimentação saudável.

Evite comer doces entre as refeições

Escove os dentes após as refeições e antes de dormir.

1- Coloque a escova com as cerdas inclinadas para a gengiva e desça até a ponta do dente, com movimentos como se estivesse varrendo.

2- Escovar o lado de trás

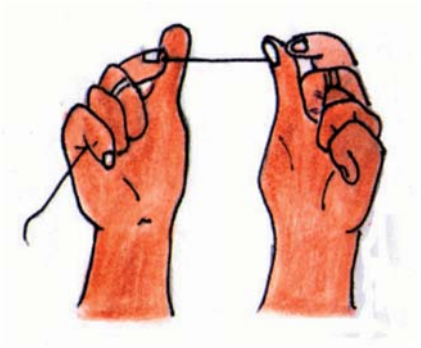
3 - Escovar o lado de dentro dos dentes de baixo para cima.

4 - Escovar em cima dos dentes, na parte onde mordemos, com movimentos de “vai e vem”.

miolo cartilha.p65 21 5/7/2007, 11:47

Fio Dental – Como usar?

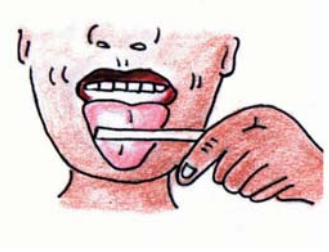
Corte um pedaço de fio e enrole um pouco num dedo de uma mão e o restante num dedo da outra mão.



Segure firme e vá coloque o fio devagar entre os dentes até encostar na gengiva.

Desça o fio devagar puxando para baixo e encostando do lado do dente. Assim, ele tira a sujeira invisível.
Depois enrole um pedaço já sujo no dedo que tem só um pouco de fio e desenrole um pedaço limpo para limpar o próximo dente. Assim, não se leva sujeira de um dente para outro.

Não se esqueça de escovar a língua para tirar restos de alimentos e bactérias, que são as principais causas do mau hálito.



A língua também pode ser limpa com uma espátula de madeira, palito de sorvete ou mesmo uma colher usada só para isso.

miolo cartilha.p65 22 5/7/2007, 11:47

MAU HÁLITO

Um cheiro ruim que incomoda a todos.

As principais causas do mau hálito são a má higiene da boca, cáries e doenças da gengiva. Além disso, algumas doenças como diabete, sinusites também podem causar esse incômodo.

miolo cartilha.p65 23 5/7/2007, 11:47

PREVENÇÃO DO CÂNCER BUCAL

O câncer bucal tem cura, desde que descoberto no inicio. Por isso, examine sua boca.

AUTO – EXAME DA BOCA

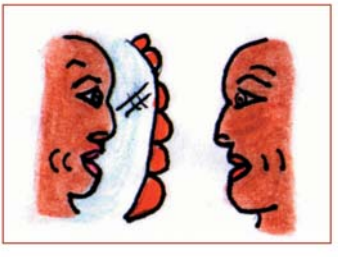
É uma técnica simples que a própria pessoa pode fazer.

O que procurar?

Ao realizar o exame, procure:

- Manchas na pele e mucosas (recobre a parte de dentro da boca)
- Endurecimentos
- Caroços
- Feridas
- Áreas adormecidas
- Dentes abalados (amolecidos)

Realize seu exame bucal em um local bem iluminado em frente a um espelho. Tire dentaduras ou pontes.

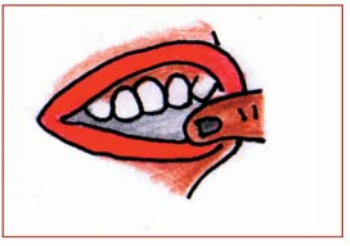


Observe a pele do rosto e pescoço. Apalpe o pescoço.

miolo cartilha.p65 24 5/7/2007, 11:47

Olhe os seus lábios por fora e por dentro

Examine a gengiva e as bochechas



Coloque a língua no “céu” da boca
e olhe embaixo da língua

Segure a língua com um pano ou gaze
e puxe-a para um lado, depois para o
outro, examinando as laterais.

Observe também seus dentes.
Podem ter cáries.

miolo cartilha.p65 25 5/7/2007, 11:47

ATENÇÃO

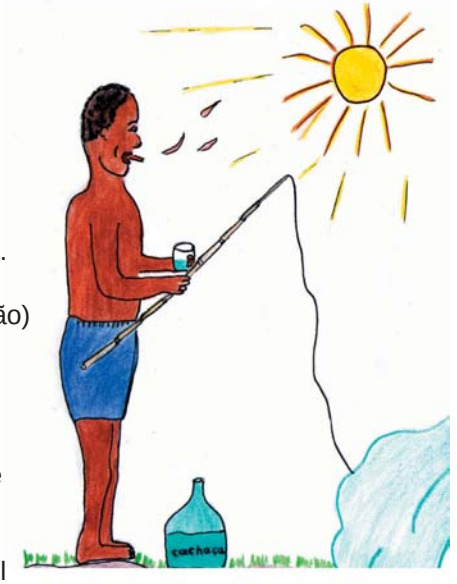
As pessoas pardas e pretas podem apresentar manchas escuras na gengiva, que são pigmentos de melanina. Isso é normal, mas caso você tenha dúvidas, procure um dentista

Faça esse exame uma vez por mês

Se notar alguma anormalidade, procure imediatamente um dentista.

Fatores que aumentam o risco de câncer de boca:

- Fumar e mascar tabaco. Nos fumantes de cachimbo, o risco ainda é maior.
- Dentaduras e pontes mal ajustadas, que machucam.
- Dentes quebrados, amolecidos, cariados.
- Hábito de morder internamente a boca (lábios, língua, bochechas).
- Falta de higiene na boca (escovação)
- Alimentação pobre em frutas e verduras.
- Bebidas alcoólicas, principalmente vinho e cachaça
- Exposição continuada a luz do sol



miolo cartilha.p65 26 5/7/2007, 11:47

ATENÇÃO:

Embora a pele das pessoas negras tenham melhor resistência a queimaduras, quando tomam sol, também necessitam de muita proteção aos raios solares.

Se possível use um creme com protetor solar, chapéu ou palheta e camisas de mangas compridas.

Lembrete importante:

NÃO TENHA MEDO!!!

Nem toda ferida na boca é CÂNCER,
mas se a ferida não sarar em duas semanas,
procure um dentista para examiná-la.

miolo cartilha.p65 27 5/7/2007, 11:47

SAÚDE BUCAL NA TERCEIRA IDADE

A prevenção das doenças bucais deve estar presente em todas as idades, toda a família pode e deve participar.

Com o passar dos anos ocorrem mudanças no organismo como um todo e com a boca não é diferente.

Os dentes escurecem, tornam-se amarelados ou acinzentados e osso que segura os dentes fica mais fraco, sofre reabsorção, podendo expor as raízes dos dentes.

Outra alteração importante é a diminuição na quantidade de saliva, fazendo com que a boca fique seca, principalmente naquelas pessoas que fazem uso de alguns medicamentos, como por exemplo, aqueles usados para controlar a pressão.

Ocorre também uma diminuição na sensibilidade para sentir o sabor dos alimentos, o que faz com que as pessoas tenham a tendência de usar maiores quantidades de sal ou açúcar, com isso, pode agravar problemas como: pressão alta e diabetes.

Tempere os alimentos com ervas naturais, como salsa, cominho, manjerona etc., o que tornará a comida mais atraente e saborosa, não havendo necessidade de se adicionar muito sal.

miolo cartilha.p65 28 5/7/2007, 11:47

HIGIENE DA BOCA DAS PESSOAS DESDENTADAS

A pessoas que não possuem mais dentes também precisam limpar a boca. Essa limpeza dever ser realizada com pedaço de algodão ou pano umedecido em água fervida ou filtrada, depois de cada refeição e, principalmente, à noite antes de dormir.

PESSOAS DOENTES E ACAMADAS

Pessoas acamadas e que tem dificuldades em se movimentar, necessitam muitas vezes de ajuda para realizar sua higiene tais como: banho, corte de cabelo, barba, aparar as unhas, etc. Da mesma forma, a higiene da boca não deve ser esquecida. Para realizar essa limpeza, posicione a pessoa de forma bem confortável, procure deixar as costas o mais reto possível. Segure sua cabeça bem firme. Coloque pequena quantidade de creme dental em uma escova macia e realize a escovação.

LEMBRE-SE:
Se a pessoa tiver dentaduras e pontes móveis, retire-as antes de escovar seus dentes naturais.

miolo cartilha.p65 29 5/7/2007, 11:47

DENTADURAS E PONTES MÓVEIS

As dentaduras e pontes móveis não duram a vida toda. Após 2 a 3 anos de uso, procure o dentista para ver sua adaptação!

SE SUA DENTADURA "QUEBRAR" NÃO COLE EM CASA

LIMPEZA E CUIDADOS

As dentaduras e pontes móveis devem ser escovadas com uma escova de mão e sabão neutro.

A limpeza deve ser realizada após cada refeição e antes de dormir, pois a placa bacteriana também se forma sobre a dentadura e pontes e, se não removida pode provocar infecções na boca.

Antes da limpeza, coloque um pouco de água na pia ou em uma bacia e segure as dentaduras bem próximas da água, evitando assim, que se quebrem se por acaso cair

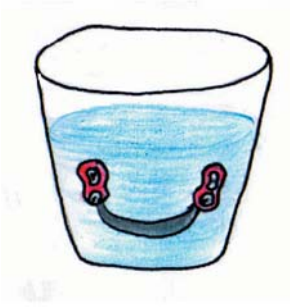
Atenção

Não durma com a dentadura, deixe sua boca descansar, assim como seus pés descansam quando você retira seus sapatos para dormir.

miolo cartilha.p65 30 5/7/2007, 11:47

DESINFECÇÃO DAS DENTADURAS E PONTES MÓVEIS (LIMPEZA PROFUNDA)

Faça uma limpeza especial em suas dentaduras e pontes móveis, da seguinte forma:



Mergulhe a dentadura ou ponte móvel em vinagre branco por uma hora, a cada duas semanas.

Uma boa opção para as dentaduras é fazer uma mistura de meio copo de água comum com três gotas de água sanitária por 30 minutos, duas vezes por semana. Em seguida lave bem em água corrente.

A água sanitária não deve ser utilizada nas pontes móveis que tenham metal, pois pode estraga-lãs.

CANDIDÍASE – “sapinho”

Quando nossa resistência está mais baixa, é muito comum ocorrer a candidíase, conhecida popularmente como “sapinho”. Isso é comum em pessoas que usam dentaduras e/ou ponte móvel e que tem uma limpeza da boca ruim.

Ela é causada por fungos e se parece com leite coalhado, placas brancas ou pontos avermelhados.

Para tratar esta infecção procure um dentista que vai indicar o tratamento certo.

miolo cartilha.p65 31 5/7/2007, 11:47

Manifestações bucais de algumas doenças que são mais prevalentes na população afro-brasileira

miolo cartilha.p65 32 5/7/2007, 11:47

ANEMIA FALCIFORME

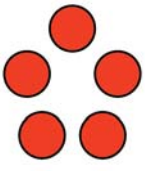
A anemia falciforme é uma doença que altera as células vermelhas do sangue, também chamadas de hemácias. Existem milhões destas células circulando por todo o corpo.

Dentro destas células existe um pigmento chamado **hemoglobina**, que dá a cor vermelha ao sangue.

A hemoglobina transporta oxigênio do ar que respiramos para todas as partes do corpo.

Os glóbulos vermelhos são redondos e elásticos, por isso passam facilmente pelas veias, enquanto que na anemia falciforme, estes glóbulos ficam alterados, muito rígidos e se parecem com uma foice.

Eles “grudam” nas veias e dificultam a circulação do sangue para o corpo. Muitas vezes esse entupimento causa dores principalmente nos ossos.



Glóbulo vermelho normal

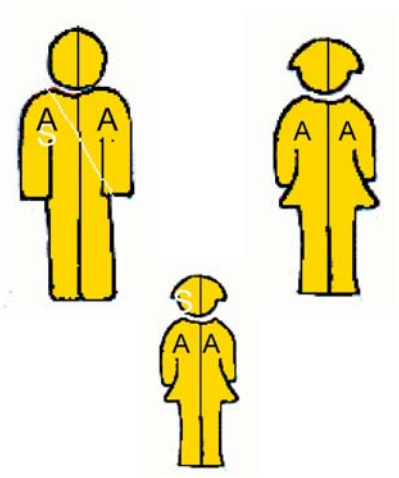
Glóbulo falciforme

Como se transmite a anemia falciforme?

Nós recebemos de nossos pais as características do nosso corpo, como a cor de cabelo, da pele, a altura, etc. Essas informações são dadas pelos genes que estão no óvulo da mãe e no espermatozóide do pai. Os genes também determinam se uma pessoa vai ter ou não anemia falciforme ou ainda se vai apresentar o traço falciforme.

Para esclarecer o que é traço falciforme e anemia falciforme vamos primeiramente entender como é a hemoglobina de uma pessoa em que os genes não trazem nenhuma informação dessa doença;.

miolo cartilha.p65 33 5/7/2007, 11:47

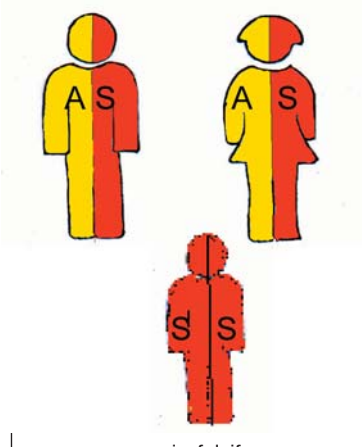


A hemoglobina normal é chamada de A. Uma pessoa em que os genes não tem nenhuma informação da anemia falciforme tem AA, isto é, ela recebeu uma parte A da mãe e outra parte A do pai.

Traço falciforme

Quando uma pessoa recebeu de um dos pais a hemoglobina A e de outro a hemoglobina S, ela é portador do traço falciforme. Essa pessoa é saudável e nunca vai desenvolver a doença.

ANEMIA FALCIFORME

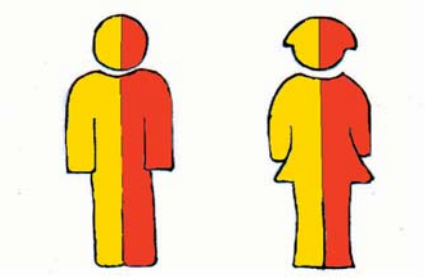


Na anemia falciforme, a hemoglobina é anormal (defeituosa) e é chamada de S. As pessoas com anemia falciforme recebem uma hemoglobina anormal do pai e outra da mãe, elas são SS.

anemia falciforme

miolo cartilha.p65 34 5/7/2007, 11:47

Quando duas pessoas com traço falciforme unem-se, elas poderão ter filhos com anemia falciforme, filhos com o traço falciforme e filhos com hemoglobinas normais.



traço falciforme traço falciforme

hemoglobinas normais | traço falciforme | traço falciforme | anemia falciforme

Atenção

Se um casal já tem uma criança portadora de anemia falciforme não significa que o risco de uma próxima gravidez seja maior ou menor que a primeira.

Antes gerar um filho é importante que o casal procure um médico para fazer exame de sangue (eletroforese de hemoglobina) e receba aconselhamento genético.

Caso a mulher já esteja grávida e possua anemia falciforme o acompanhamento médico deve ser rigoroso.

miolo cartilha.p65 35 5/7/2007, 11:47

Sinais e sintomas da anemia falciforme

A doença pode se manifestar de forma diferente em cada pessoa, umas tem apenas alguns sintomas leves, outras apresentam sinais e sintomas tais como:

Crise de dor é o sintoma mais freqüente dessa doença e é causada pelo entupimento das pequenas veias pelos glóbulos vermelhos em forma de foice. A dor é mais freqüente nos ossos, músculos e articulações (juntas).

Palidez e cansaço fácil

Icterícia (cor amarela nos olhos) é o sinal mais freqüente da doença. Não deve ser confundido com hepatite. Isto acontece quando o glóbulo vermelho se rompe, aparece um pigmento amarelo no sangue que se chama bilirrubina.

Nas crianças pode haver inchaço muito doloroso nas mãos e pés, porque ocorre inflamação das articulações (juntas) do punho, tornozelo e dedos.

Infecções ocorrem principalmente nas crianças, que podem ter mais pneumonias e meningites. As infecções são as principais causa de morte nas pessoas com doença falciforme. Por isso, elas devem receber vacinas para prevenir essa doença.

Úlceras (feridas) ocorrem principalmente próximas aos tornozelos. Geralmente, começam na adolescência, podem levar anos para cicatrizar, se não forem bem cuidadas no inicio de seu aparecimento.

miolo cartilha.p65 36 5/7/2007, 11:47

Seqüestro de sangue no baço – a pessoa fica muito pálida e aumenta o tamanho do baço. Pode ocorre desmaio. Trata-se de uma emergência. Ocorrem mais freqüentemente em crianças menores de cinco anos.

Derrame cerebral – é uma das maiores complicações da doença falciforme.

Impotência sexual

Pode ser passageira ou definitiva.
A urina pode ficar "presa" e a próstata aumentada.

As pessoas que tem anemia falciforme podem ter uma vida satisfatória se a doença for diagnosticada no início e tratada adequadamente.

Todas as pessoas da família precisam estar envolvidas nesse processo.

miolo cartilha.p65 37 5/7/2007, 11:47

Atenção: qualquer um desses sintomas procure o hospital onde é atendido.

Cuidados que devem ser tomados com uma pessoa com anemia falciforme

Ela deve ter vida saudável. Deve alimentar-se com legumes, verduras, frutas e carnes.

É importante tomar bastante líquido.
Use sempre sapatos e meias para evitar machucados nas pernas.

Fique calmo!

Evite o estresse – Isto só piora as crises de dor.

Vacinas

As crianças devem ter sua caderneta de vacinação em dia.

Seu médico vai indicar as vacinas que ela deve tomar para evitar doenças contagiosas.

miolo cartilha.p65 38 5/7/2007, 11:47

Teste do pezinho

É importante que toda criança na primeira semana de vida seja levada ao posto de saúde para tomar as vacinas e colher as gotinhas de sangue do pé para fazer o teste do pezinho. Este teste, além de outras doenças, permite detectar a anemia falciforme.

Manifestações bucais da anemia falciforme

Palidez na mucosa que reveste a boca por dentro

Os dentes podem demorar para “nascer”

Há casos de crianças que apresentam língua lisa e descorada.

Os dentes molares (do “fundo”) podem nascer com defeitos, socavados e sem brilho.

As doenças da gengiva se tornam mais graves

Pode alterar o osso da face fazendo com que os dentes de cima fiquem mais para frente.

Pode ocorrer infecção no osso do “queixo” (osteomielite), que ocasiona muita dor e inchaço.

Pode apresentar também paralisia do lábio

Dor de dente – Os dentes, mesmo sem cáries podem doer porque o “nervo” morre por falta de circulação. Dentes saudáveis com dor ocorrem principalmente em adultos.

miolo cartilha.p65 39 5/7/2007, 11:47

É muito importante procurar um dentista, pois as infecções podem piorar ainda mais a doença.

Mantenha uma boa higiene bucal e evite comer doces entre as refeições, dessa forma, você previne as cáries e as doenças da gengiva.

miolo cartilha.p65 40 5/7/2007, 11:47

Diabetes

Vamos entender o que é diabetes!

Os alimentos nos dão a energia que precisamos para viver. Nosso corpo transforma a maior parte dos alimentos que comemos em um tipo de açúcar chamado glicose. As células de nosso corpo precisam dessa glicose para funcionarem.

Quem carrega esse açúcar para dentro das células é uma substância chamada insulina. Além de ajudar as células a conseguir o açúcar, também evita que esse açúcar fique acumulado no sangue.

Quem tem diabetes, a insulina não funciona como deveria ou, as vezes, nem é produzida.

Sem insulina a glicose não entra nas células. As células podem morrer por falta de açúcar e o sangue fica cheio de açúcar que não consegue entrar nas células.

Atenção: muitas pessoas tem diabetes e não sabem disso.

Como saber se uma pessoa tem diabetes?

É preciso fazer exame de sangue para medir a quantidade de açúcar no sangue.

Tipos de diabetes

Diabetes do tipo I – ocorre com mais freqüência em jovens. O corpo produz pouca ou nenhuma insulina.

Diabetes tipo II – O corpo produz pouca insulina ou corpo não consegue utilizar a insulina que é produzida. Aparece geralmente após os 40 anos de idade.

Diabetes gestacional – É o tipo que pode aparecer na gravidez. Mas esse tipo de diabetes é passageiro.

A diabetes é mais comum ocorrer entre os negros e pardos do que nos brancos.

miolo cartilha.p65 41 5/7/2007, 11:47

Como se manifesta a diabetes
Pessoas com diabetes não controlado têm:

Perda ou ganho de peso

Muita fome

Muita sede

Infecções constantes
(pele, gengiva, urina etc.)

Problemas de visão
ou para enxergar

Feridas nas pernas ou
pés que demoram para sarar.

Cansaço, fraqueza

miolo cartilha.p65 42 5/7/2007, 11:47

Como prevenir ou retardar a diabetes?

É preciso ter uma boa alimentação e praticar exercícios físicos para não ficar acima do peso.

Engordar e ficar parado!
É muito ruim!

miolo cartilha.p65 43 5/7/2007, 11:47

Exercícios indicados

Caminhar

Andar de bicicleta

Nadar

Jogar futebol

Dançar

Não fume

Evite bebidas alcoólicas

Diabetes: como cuidar?

Alimentação saudável e balanceada

Exercícios físicos

Controlar o açúcar do sangue

Uso correto da medicação receitada pelo médico

Alimentação balanceada

Uma alimentação saudável ajuda seu corpo a manter o nível de açúcar no sangue equilibrado isto é, nem alto, nem baixo.

Alimentação saudável para o diabético

- frutas, verduras e legumes frescos
- pão, principalmente aqueles feitos com cereais integrais.
- Feijão
- Arroz integral (pouco brunido)
- Peixes
- Alimentos com pouca gordura e sal

miolo cartilha.p65 44 5/7/2007, 11:47

Evite:

↦ Açúcar, doces, mel

↦ Carne com gordura

↦ Frituras

↦ Queijo gorduroso

↦ Bebidas alcoólicas

Cuidados com os pés

- **nunca ande descalço**
- **não retire as cutículas das unhas e nem mexa nos cantos**
- **olhe seu pé todos os dias para ver se não tem machucados ou arranhões que possam se infectar. As pessoas que tem diabetes muitas vezes não sentem alguma parte do pé, que fica meio anestesiada e por isso não percebem os machucados.**
- **após o banho seque com cuidado a região entre os dedos para prevenir rachaduras**
- **use sapatos confortáveis que não machuquem os pés**
- **não tente tratar os calos em casa, com lâmina de barbear ou outros produtos**
- **use meias de algodão, tenha cuidado com meias que tem costuras e prendem a circulação.**

Muitas vezes um simples machucado no pé, pode levar o diabético a um problema muito sério que pode até ameaçar a vida.

miolo cartilha.p65 45 5/7/2007, 11:47

SAÚDE BUCAL E DIABETES

As pessoas que tem diabetes possuem maior risco de desenvolver inflamação na gengiva (gengivite). Podem apresentar também reabsorção do osso que segura os dentes (periodontite), fazendo com que eles amolecem até levar a perda do dente.

Observe bem seus dentes e gengiva. Veja se a gengiva sangra, se tem bolhas de pus e se os dentes estão amolecidos.

É muito importante controlar os focos de infecção

O mal hálito e outros problemas da boca podem ser um sinal que a pessoa tem diabetes descontrolado.

O hálito das pessoas com diabetes descontrolado tem cheiro igual a maçã ou fruta passada.

O diabético pode sentir a boca seca, sem saliva. Isto pode causar irritações na boca, como feridas, rachaduras e inflamação no canto da boca. Pode aparecer também herpes e candidíase (“sapinho”)

Tome cuidado:

Dentaduras e pontes móveis mal adaptadas, assim como dentes quebrados, podem machucar a sua boca.

Quem tem diabetes não controlado tem maior dificuldade de combater as infecções

miolo cartilha.p65 46 5/7/2007, 11:47

Previna esses problemas!

Cuide bem de seus dentes e gengivas!

- Escove os dentes com escova com cerdas macias para não machucar.
- Escove os dentes pelo menos 3 vezes ao dia
- Use fio dental pelo menos 2 vezes ao dia
- Controle sua diabetes.

“Prevenir é melhor que curar”

miolo cartilha.p65 47 5/7/2007, 11:47

DSTs (Doenças sexualmente transmissíveis)

DSTs ↦ significa doenças sexualmente transmissíveis. Doenças causadas por vários tipos de micróbios, que vivem nos órgãos genitais (no pênis, ânus, vulva e vagina) das pessoas contaminadas.
Contraem-se estas doenças nas relações sexuais com alguém que já se contaminou. Antigamente eram conhecidas como doenças venéreas, de Vênus (doenças do amor).

São **DSTs**, a gonorréia, a sífilis, a clamídia, o herpes genital, a hepatite B, o condiloma, a tricomoníase, o HIV/AIDS entre outras.

Quais os sinais e sintomas das DSTs?

- **Corrimentos, irritação, feridas, caroços e verrugas nos órgãos genitais (vagina, pênis).**
- **Dor na relação sexual.**
- **Dor embaixo do umbigo.**
- **Dor ao urinar**

Atenção

As vezes as pessoas não apresentam sintomas ou sinais visíveis por fora, mas mesmo assim, a doença pode ser passada na relação sexual sem o uso da camisinha.

As DSTs podem trazer problemas graves

Causam infertilidade – as pessoas podem apresentar problemas em ter filhos

Existem DSTs, que podem provocar câncer de colo de útero ou de pênis.

Outras DSTs, como a sífilis, a hepatite e HIV podem ser transmitidas para o bebê durante a gravidez.

miolo cartilha.p65 48 5/7/2007, 11:47

A **Sífilis** é uma DST que provoca uma feridinha nos genitais (vagina, pênis), que não dói. Esta doença é muito traiçoeira, pois a ferida desaparece e a pessoa fica com a impressão de que está curada. Porém, a doença continua progredindo e com o tempo, se não for tratada, acontecem complicações sérias, podendo inclusive levar à morte.

Outras doenças que provocam feridas são o **Cancro Mole, o Herpes Genital e o Condiloma.** Esta última é muito comum e contagiosa, também conhecida como Crista de Galo. É uma espécie de verruqa que pode aparecer no pênis, na vagina, ou no ânus. Para pegar esta doença basta o contato sexual mais íntimo, o contato de pele com pele nessas regiões. Estas verrugas podem crescer e ficar visíveis, mas também podem ficar por muito tempo tão pequenas que não vemos a olho nu.

Caso você desconfie que está com DST, evite ter relações sexuais.

Não tenha vergonha, procure um médico para se tratar.

A maioria dessas doenças são tratáveis, e quanto mais cedo diagnosticadas, melhor.

miolo cartilha.p65 49 5/7/2007, 11:47

A DST mais temível hoje em dia é a AIDS que é transmitida pelo vírus HIV.

HIV ↦ o que é?

O vírus causador da AIDS se chama HIV, que ataca o sistema de defesa do organismo, provocando a perda da proteção contra as doenças.

A proporção de mulheres e homens pretos e pardos infectados com o vírus HIV aumentou nos últimos anos, quando comparados com mulheres e homens brancos.

A pessoa com HIV pode ficar muitos anos com o vírus sem desenvolver a doença AIDS.

Uma pessoa pode ter o vírus HIV e não saber disso, no entanto ela pode passar o vírus para seu parceiro ou parceira.

Como se pega e como se passa?

O vírus HIV está presente no sangue, sêmen e fluído vaginal das pessoas infectadas.

O HIV é transmitido:

- Na relação sexual vaginal, anal ou oral com uma pessoa contaminada.
- Na transfusão, recebendo sangue contaminado (não testado) ou contato com sangue contaminado.
- Usando a mesma agulha ou seringa de alguém infectado.
- De mãe infectada para o filho durante a gravidez, parto ou pela amamentação.

miolo cartilha.p65 50 5/7/2007, 11:47

O HIV não é transmitido por meio de:

- Tosse, espirros ou pelo ar
- uso do mesmo banheiro
- uso dos mesmos copos e talheres
- picadas de insetos ou outros animais
- alimentos preparados por uma pessoa que tem o vírus
- abraços
- beijos na boca
- doação de sangue

Atenção

Qualquer pessoa pode se contaminar com o HIV. Homens, mulheres, crianças, jovens, idosos, pessoas de qualquer cor, heterossexuais, homossexuais.

Não dá para saber se a pessoa está contaminada com o HIV/AIDS só olhando para ela.

Previna-se usando sempre camisinha masculina ou feminina em todas as relações sexuais.

miolo cartilha.p65 51 5/7/2007, 11:47

É importante que todas as pessoas façam o teste para ver se são portadoras do vírus HIV, pois assim poderão se tratar mais cedo e controlar o desenvolvimento da doença AIDS.

A futura mamãe precisa fazer o teste pré-natal para que se estiver infectada com o vírus HIV, receba tratamento para que não passe o vírus para seu bebê.

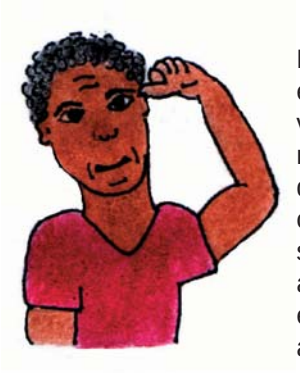
Você pode pedir para realizar o teste para o HIV no posto de saúde em que for atendido.

Manifestações bucais de algumas DSTs

Sífilis

A sífilis pode se manifestar na boca sob diversas formas, dependendo da fase em que esteja a doença. No início surge uma pequena ferida na boca, que aparece cerca de três semanas depois que a pessoa foi infectada. Essa ferida não dói, possui as bordas (beiradas) altas e endurecidas. Aparece principalmente, nos lábios, na língua e na garganta. Pode dar “ínguas” em baixo do queixo. As vezes é difícil reconhecer a ferida que aparece no “céu da boca” como manchas vermelhas. Se essa ferida for deixada ela irá desaparecer depois de alguns dias, mesmo sem tratamento, mas a pessoa não estará curada.

miolo cartilha.p65 52 5/7/2007, 11:47



Depois de dois meses a doença aparecerá espalhada pelo corpo. Surgem manchas em várias partes do corpo, inclusive nas palmas das mãos e solas dos pés. Esses sinais também desaparecem sem tratamento, porém a doença continua avançando. As pessoas poderão ficar sem sintomas por um tempo que vai de 1 a 30 anos. Quando a doença se manifesta novamente ela vem de forma mais grave, com feridas que aparecem no "céu da boca" e língua.

Quando as feridas aparecem no "céu da boca pode até provocar perfurações que invadem até o nariz.

Além desses problemas a sífilis pode ocasionar cegueira, paralisia, doenças nos nervos e problemas no coração.

AIDS

A lesão mais comum na boca causada pela AIDS é a candidiase (sapinho), que surge como placas brancas que se parecem com leite coalhado, e se soltam ao serem raspadas. Também pode aparecer como manchas vermelhas na língua, deixando-a lisa.

Outra lesão comum é chamada de Herpes, que se parecem com bolhinhas cheias de líquido, que ao se romperem formam feridas doloridas.

A AIDS também pode provocar um tipo de câncer na boca chamado sarcoma de Kaposi, que aparece como tumores de cor vermelha ou arroxeado.

Podem aparece também feridas muito doloridas chamadas de aftas que demoram para sarar.

Outras complicações são formas graves de inflamação na gengiva (gengivite) e no osso que sustenta os dentes (periodontite) que podem rapidamente causar grande destruição na gengiva e no osso.

miolo cartilha.p65 53 5/7/2007, 11:47

Conclusões

O Núcleo Negro da UNESP para Pesquisa e Extensão (NUPE) ao lançar neste Programa de Ações Afirmativas para a População Negra vinculado ao PROGRAMA UNIAFRO da Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização e Diversidade (SECAD) e da Secretaria de Ensino Superior do Ministério da Educação e com convênio da UNESP o faz entrelaçando educação e saúde, de modo pioneiro elabora uma abordagem que relaciona os cuidados cotidianos e a higiene que devemos ter com a saúde bucal desde a gestação das mulheres e da fase infantil até a terceira idade, atendendo de maneira ímpar as relações entre saúde bucal e as doenças prevalentes na população negra.

Com isto a Cartilha "Pupila – olho clínico", neste número, abordou a saúde bucal como parte integrante da saúde geral. As doenças bucais podem estar relacionadas com outros males das pessoas e refletem na expectativa e na qualidade de vida destas pessoas.

As principais doenças bucais como a cárie dental e as doenças periodontais são as mais prevalentes e acometem quase a totalidade da população em alguma fase da vida. A saúde bucal é importante e deve ser preservada em todas as fases da vida. Por serem doenças que podemos ter uma prevenção e que são tratáveis é dever do Estado e do próprio cidadão zelar para a manutenção de sua saúde. Elas podem ser evitadas com uma higiene adequada com a escovação, o uso do fio dental e com a água tratada com o flúor.

O câncer bucal também pode ser prevenido por meio de hábitos saudáveis e pode ser curado se diagnosticado bem no seu início.

miolo cartilha.p65 54 5/7/2007, 11:47

Existem algumas doenças que afetam preferencialmente os negros (pretos e pardos) tais como a anemia falciforme, diabetes e outras em que encontramos uma maior incidência de casos neste segmento populacional como as sexualmente transmissíveis, como a AIDS e a sífilis. Estas doenças possuem manifestações bucais relevantes.

Dada a importância da prevenção em saúde bucal, elaboramos esta cartilha direcionada à população negra levando em consideração os condicionantes genéticos, os fatores econômicos, sociais e culturais que influenciam em sua situação de saúde.

O NUPE espera a partir de seu olhar mediado pela "Pupila – olho clínico" ter tratado de modo adequado, responsável e sério, mas também com uma certa dose de humor os problemas que afligem uma grande parcela da população brasileira, entre os quais os negros. Estando com isto produzindo conhecimento e o distribuindo para amplos segmentos populacionais e para diversas instituições que objetivam uma educação e uma saúde, articuladas para o bem da população, na medida em que tratam da realidade social daqueles que são efetivamente maioria.

Em síntese, esperamos que nossa "PUPILA" que tem a cor da noite alta possa enxergar clinicamente os negros e os demais segmentos populacionais e colaborar com a construção de caminhos e trilhos para um Brasil saudável, educado e republicano.

miolo cartilha.p65 55 5/7/2007, 11:47

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Especializada. Manual de saúde bucal na doença falciforme / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Especializada. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2005.52 p. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos)

_____. Ministério da Saúde. Anemia falciforme. Um problema nosso. Agencia Nacional de Vigilância Sanitária. Disponível em http://www.anvisa.gov.br/sangue/p_hemoglobinopatia/falci_folder.pdf

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão arterial e ao Diabetes *mellitus.*Manual de Hipertensão arterial e Diabetes *mellitus,* Brasília, 2002, 104p, diponível em : http://dtr2004.saude.gov.br/dab/hipertensaodiabetes/documentos/publicacoes/miolo2002.pdf

_____. Ministério da saúde. Secretaria da Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Direitos sexuais, direitos reprodutivos e métodos anticoncepcionais/ Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 52p. color – (Série F. Comunicação e Educação em Saúde) (Série Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos; carderno n.2)

CONTROLE DE INFECÇÕES PARA A EQUIPE ODONTOLÓGICA. Disponível em: http://www.efoa.br/academico/material/Protese/biosseguraodonto/controle_infeccoes/controleinfeccoes2.html

CORREA, M.S.N.P. Odontopediatria na primeira infância. São Paulo, Santos, 1998, 663p.

VINHA, V. H. P. O livro da amamentação. São Paulo, CLR, 1ed, 1999, 91p.

miolo cartilha.p65 56 5/7/2007, 11:47