
**Educação em saúde: relação entre
alimentação e saúde bucal**
**Education in health: relation between
food and oral health**

CORINA DIAS DO PRADO¹
RENATA CRISTIANE DA SILVA²
JULIANA ALVARES DUARTE BONINI CAMPOS³
ÂNGELA CRISTINA CILENSE ZUANON⁴

RESUMO: Sabendo-se da relação existente entre a alimentação e a saúde bucal, realizou-se um estudo a fim de verificar o conhecimento apresentado por 172 mães, de crianças de 0 a 12 anos de idade, da cidade de Araraquara (SP). A amostra foi delineada por conveniência e utilizou-se como instrumento de avaliação um questionário, o qual demonstrou por meio de distribuição de frequências relativas, que 86,6% das entrevistadas acreditam que a alimentação pode influenciar na saúde bucal se preocupando com a qualidade da mesma. Quanto a relação dieta/cárie, 82,5% restringiram-se a dizer que os doces causam cáries enquanto 17,5% afirmaram não ter conhecimento sobre o assunto. De acordo com as mães entrevistadas, 9,4% relataram ter obtido estas informações através do médico, 11,4% pelos dentistas, e a grande maioria (44,3%) apontaram a fonte de orientação obtida pelos outros. Assim, conclui-se que, a relação existente entre alimentação e saúde bucal deve

¹Aluna do Curso de Pós-Graduação em Alimentos e Nutrição da Faculdade de Ciências Farmacêuticas de Araraquara – UNESP.

²Aluna do Curso de Pós-Graduação em Odontologia da Faculdade de Odontologia de Araraquara – UNESP.

³Professora Assistente Doutora da Disciplina de Bioestatística e Metodologia Científica da Faculdade de Odontologia de Araraquara – UNESP – Rua Humaitá, 1680, Centro, Cep 14801-903, Araraquara-SP, e-mail: acampos@foar.unesp.br

⁴Professora Assistente Doutora da Disciplina de Odontopediatria, Departamento de Clínica Infantil - Faculdade de Odontologia de Araraquara – UNESP.

ser incluída dentro dos programas educativos-preventivos e no planejamento de orientação dos profissionais de saúde, visando a transmissão de informações que podem refletir em melhora no comportamento frente à saúde desta população.

Palavras-chave: Educação. Saúde Bucal. Alimentação.

ABSTRACT: Knowing the relation between food and oral health, a study was done with the aim of verifying 172 mothers of 0 to 12 year-old-children of Araraquara (SP) city. The sample was conveniently delineated, and a questionnaire was used as a way of evaluation, which demonstrated by relative frequency distribution that 86.6% of the mothers believed that food can act on oral health and they worry about its quality. For caries/diet relation, 82.5% mentioned that sweet leads to caries, while 17.5% affirmed not having knowledge about the issue. According to the interviewed mothers, 9.4% were informed by a doctor, 11.4% by a dentist and the majority (44.3%) were oriented by “others”. So, we can conclude that the existing relation between food and oral health must be included in preventive-educational programs and in the orientation planning of health workers, aiming the transmission of information that can reflect in improving the behaviour towards population health.

Key-words: Education. Oral Health. Food.

INTRODUÇÃO

Com advento da odontologia preventiva, a educação e a motivação tornaram-se ferramentas estratégicas para mudança de hábitos e comportamentos para promoção de saúde (BROOK et al., 1996; D’ALMEIDA et al., 1997). Assim, o cirurgião-dentista tem utilizado a orientação em saúde bucal como auxiliar em seu tratamento, visando um melhor prognóstico. Dentre os temas mais abordados, encontram-se a etiologia, as características e os métodos de prevenção da cárie dental e doença periodontal.

Garcia et al. (1998) e Zuanon et al. (1999) salientaram que os programas educativos-preventivos em saúde bucal têm enfatizado quase exclusivamente o controle da placa dental e que a importância da dieta como fator etiológico é pouco reconhecido e abordado.

Estas informações deveriam ser incluídas dentro dos programas, uma vez que a cárie é uma doença multifatorial (NAVIA, 1995), e a melhor maneira de direcionar as atitudes frente à saúde bucal é com a

transmissão e incorporação de informações (BROOK et al., 1996), que poderão ser determinantes para manutenção da saúde.

Vitolo et al. (2005) implementaram um programa de orientação voltado para mães de crianças menores de 2 anos com inclusão de intervenção dietética e o mesmo resultou no efeito protetor à cárie dental. Estes resultados se devem ao fato da introdução do açúcar ser tardia no grupo que recebeu orientação quando comparados com grupo controle.

A marcante contribuição da dieta na etiologia da cárie está fortemente relacionada com o uso de carboidratos simples, em quantidade e frequência excessiva (TRAEBERT et al., 2004; MOYNIHAN; AUAD, 2006). Assim entende-se que programas de orientação são importantes para alertar a população sobre a manutenção da saúde bucal (GOMES et al., 2004; GONZÁLES-GROSS et al., 2008; ZHANG et al., 2008).

Desta maneira, realizou-se este estudo com o objetivo de avaliar o conhecimento sobre a relação entre alimentação e saúde bucal de uma amostra populacional da cidade de Araraquara (SP).

MATERIAL E MÉTODOS

Foi desenvolvido um questionário (Figura 1), com o intuito de verificar o conhecimento sobre a relação entre a alimentação e a saúde bucal que foi aplicado por um único pesquisador a 172 mães de crianças com idade entre 0 e 12 anos de idade da cidade de Araraquara (SP), que participaram do evento de orientação em saúde bucal, realizado como parte da programação do Dia da Mulher promovido pela Prefeitura Municipal em 2002. Realizou-se análise estatística descritiva.

Figura 1. Questionário utilizado para verificação do conhecimento, da relação existente entre a alimentação e a saúde bucal. Araraquara, 2002.

| |
|--|
| <p>1 – Você acha que a alimentação pode influenciar na saúde bucal de seu filho? <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> não</p> <p>2 – Você se preocupa com a qualidade da alimentação que você oferece para seu filho? <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> não</p> <p>3 – Como você acha que o alimento pode influenciar na saúde bucal?</p> <p>4 – Quem te orientou sobre a relação entre a alimentação e a saúde bucal? <input type="checkbox"/> médico <input type="checkbox"/> dentista <input type="checkbox"/> vizinhos, amigos, parentes <input type="checkbox"/> televisão <input type="checkbox"/> folhetos explicativos <input type="checkbox"/> creche, escola <input type="checkbox"/> outros</p> |
|--|

RESULTADOS

No Gráfico 1 encontra-se a apuração das respostas dos entrevistados quanto à influência da alimentação na saúde bucal.

Nota-se que a maioria dos participantes acreditam que a alimentação pode influenciar na saúde bucal das crianças.

As respostas referentes ao fato das mães se preocuparem com a qualidade da alimentação oferecida para as crianças estão no Gráfico 2.

Grande parte das mães relataram se preocupar com a qualidade da dieta oferecida aos filhos.

A maneira da alimentação influenciar na saúde bucal foi questionada (Gráfico 3) e nota-se que 82,5% das mães atribuem aos doces a ocorrência de lesões de cárie.

A fonte de orientação das mães sobre a relação entre alimentação e saúde bucal relatada pelas mesmas encontra-se na Tabela 1.

Segundo relato das mães os profissionais de saúde pouco contribuem para a transmissão de informações sobre a relação entre alimentação e saúde bucal.

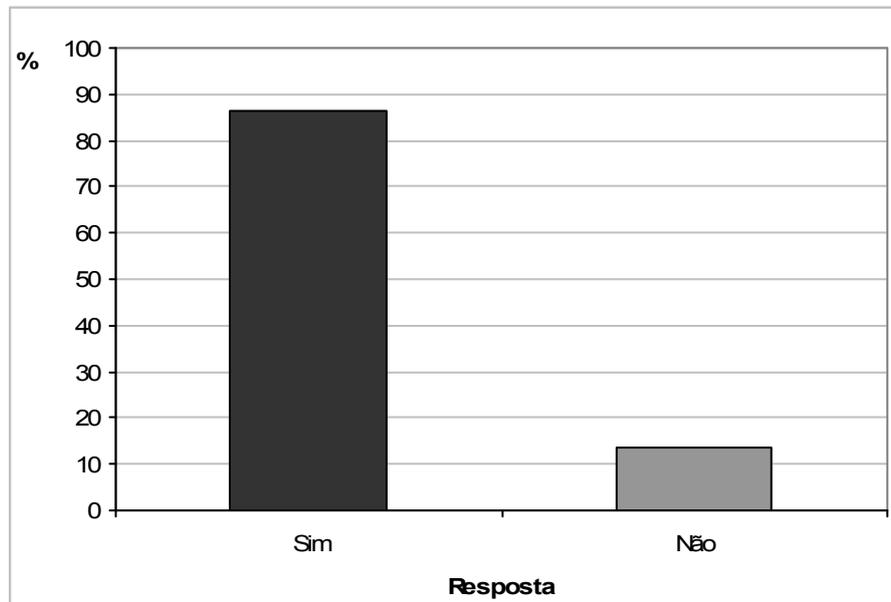


Gráfico 1. Frequência relativa (%) das respostas dos entrevistados quanto ao conhecimento da influência da alimentação na saúde bucal.

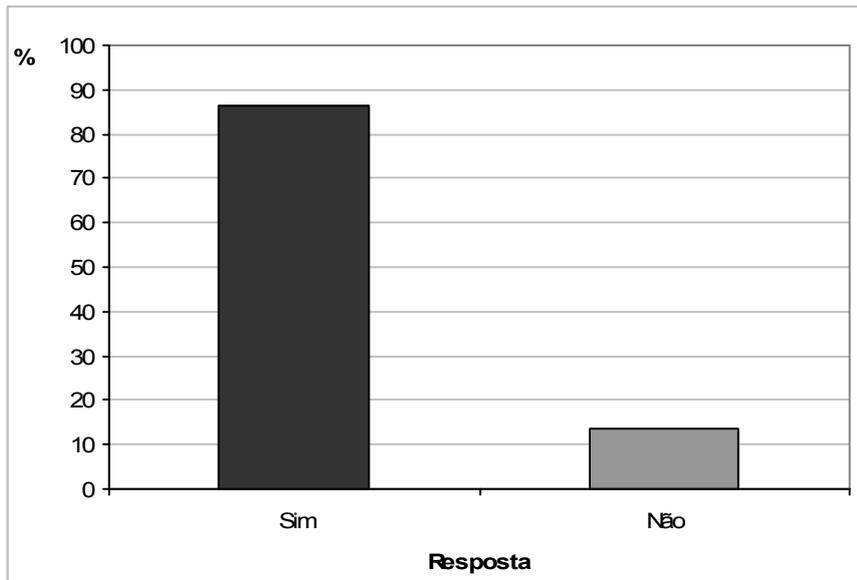


Gráfico 2. Frequência relativa (%) das respostas dos entrevistados com relação à preocupação com a qualidade da alimentação oferecida para as crianças.

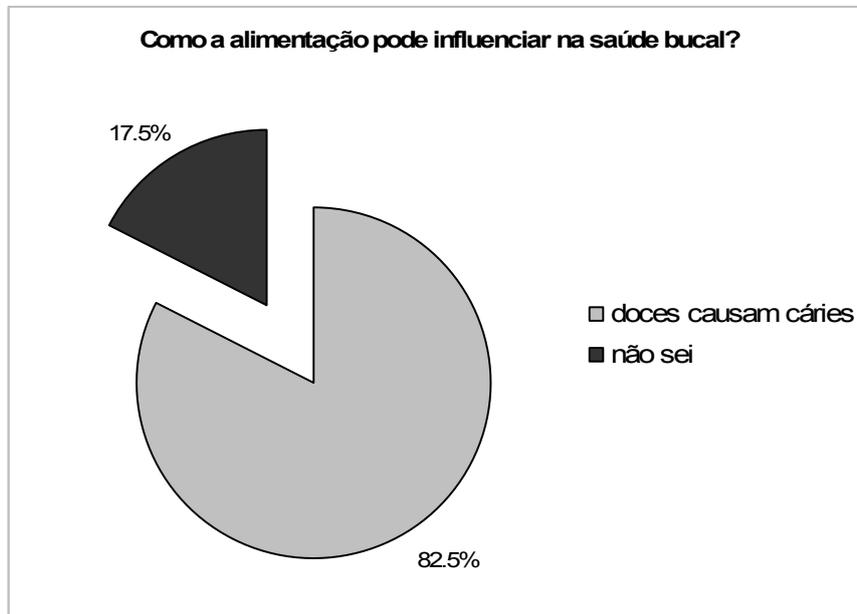


Gráfico 3. Frequência relativa (%) das respostas dos entrevistados sobre a maneira de influência da alimentação na saúde bucal.

Tabela 1. Distribuição de frequências referentes à fonte de orientação sobre a relação entre a alimentação e a saúde bucal. Araraquara, 2002.

| Respostas | n | % |
|-----------------------------|------------|------------|
| Médico | 14 | 9,4 |
| Dentista | 17 | 11,4 |
| Vizinhos, amigos e parentes | 6 | 4,0 |
| Televisão | 19 | 12,8 |
| Folhetos explicativos | 18 | 12,1 |
| Creche, escola | 9 | 6,0 |
| Outros | 66 | 44,3 |
| Total | 149 | 100 |

DISCUSSÃO

Na odontologia atual, a prevenção assume lugar de destaque tendo como ferramentas importantes a educação e a motivação (DINELLI et al., 2000). Assim, a orientação deve permear o planejamento e a execução de todos os programas educativos-preventivos visando a promoção de saúde.

De acordo com Narvai (2001) o nível de conhecimento da população sobre saúde bucal é um dado importante para o planejamento e avaliação das ações em saúde. Da mesma maneira, Moysés (2000) e Portillo e Paes (2000) afirmam que a realização de um diagnóstico dos conceitos apresentados pela população é condição prévia para elaboração de qualquer programa educativo, devido às diferentes percepções sobre o assunto entre os diferentes grupos.

A partir da percepção de saúde bucal que a comunidade estudada possui, é possível abordá-la de forma mais efetiva e democrática, buscando principalmente a participação nas questões de saúde que se relacionam, com a qualidade de vida e a transformação da realidade (PORTILLO; PAES, 2000).

A alimentação é um dos fatores determinantes e condicionantes da saúde (BRASIL, 1990; NAVIA, 1995; FIATES et al., 2008) e está intimamente relacionado com a cavidade bucal, seja diretamente (qualidade do alimento, consistência, retentividade) ou indiretamente (pelo processo de nutrição) (BATISTA FILHO, 1999; NARVAI, 2001; SPEIRS; BEELEY, 1992).

Entretanto, Garcia et al. (1998) e Zuanon et al. (1999) verificaram que a importância da dieta é pouco reconhecida pelo público alvo, pois estes, normalmente, têm enfatizado quase exclusivamente o controle da placa dental.

Pela observação do Gráfico 1 nota-se que 86,6% das mães acreditam que a alimentação pode influenciar na saúde bucal e a mesma porcentagem afirma se preocupar com a qualidade da alimentação (Gráfico 2).

Quando questionou-se sobre o modo como esta influência ocorre, 82,5% das entrevistadas afirmaram que doces causam cárie enquanto 17,5% não souberam responder (Gráfico 3).

A partir desses resultados pode-se observar que apesar de haver grande número de pessoas que acreditam ter conhecimento da relação existente entre alimentação e saúde bucal, este conceito ainda não está bem estabelecido. Assim, grande número de mulheres citou apenas os doces como fator de risco para saúde bucal sem considerar a frequência e a consistência da dieta. A ingestão de outros tipos de alimentos e a ocorrência de outros problemas bucais além da cárie, não foi relatada.

O mesmo foi encontrado por Tamiatti et al. (1998), os quais verificaram que 31% dos entrevistados acreditavam que o consumo de 10 balas de uma só vez era mais prejudicial aos dentes do que 8 balas, consumidas uma de cada vez. Observaram também que 37% não souberam responder, mostrando, portanto o desconhecimento sobre a importância da frequência do consumo de carboidratos em relação à incidência de cárie.

Este fato é também relatado por Speirs e Beeley (1992), destacando que a alimentação e a nutrição são processos que influenciam na saúde bucal, devendo ser trabalhados não apenas no aspecto de prevenção à doença cárie, mas na manutenção da saúde e na formação de hábitos saudáveis. Muito se fala sobre a atuação dos doces no desenvolvimento de cárie, entretanto negligencia-se informações referentes à formação de hábitos alimentares, qualidade geral da alimentação, sua consistência, retentividade e frequência de consumo (NARVAI, 2001).

O padrão de respostas encontradas pode ser atribuída, segundo Freire et al. (2002), à formação acadêmica extremamente especializada dos profissionais de saúde, onde a orientação de dieta têm pouca importância (VANN JR et al., 2005), mesmo sendo um tema que transpõe os limites entre as diferentes disciplinas.

Neste estudo, verificou-se que os profissionais de saúde pouco contribuíram (20,8%) para a transmissão de informações sobre a relação entre alimentação e saúde bucal (Tabela 1).

A maior frequência de respostas foi atribuída à alternativa “outros”, mostrando que este conceito foi sedimentado com o cotidiano.

Deste modo, entende-se que o tema abordado por este estudo têm sido pouco divulgado nos programas educativos-preventivos e portanto, deveria ser mais amplamente explorado com o intuito de transmitir informações que pudessem contribuir para a construção de conceitos e opiniões, visando a formação de hábitos salutarres.

CONCLUSÃO

A relação existente entre alimentação e saúde bucal deve ser incluída dentro dos programas educativos-preventivos e no planejamento de orientação dos profissionais de saúde, visando a transmissão de informações que podem refletir em melhora no comportamento frente à saúde da população.

REFERÊNCIAS

- BATISTA FILHO, M. Alimentação, Nutrição e Saúde. In: ROUQUAYROL, M. Z.; ALMEIDA FILHO, N. **Epidemiologia e Saúde**. 5. ed. Rio de Janeiro: MEDSI, 1999.
- BRASIL. Lei n. 8080, 19 de setembro. 1990. **Diário Oficial da União**, Brasília, 20 de setembro 1990.
- BROOK, U. et al. Attitude, knowledge and habits of high school pupils in Israel regarding oral health. **Patient Educ Counsel**, v.27, n.2, p.171-5, Mar. 1996.
- D'ALMEIDA, H.B. et al. Self-reported oral hygiene habits, health knowledge, and sources of oral health information in a group of Japanese junior high school students. **Bull Tokyo Dent Coll**, v.38, n.2, p.123-31, May 1997.
- DINELLI, W. et al. Desenvolvimento, aplicação e avaliação de um programa de orientação sobre higiene bucal junto a pré-escolares. **Stoma**, v.13, n.57, p.27-30, 2000.
- FIATES, G.M.R. et al. Comportamento consumidor, hábitos alimentares e consumo de televisão por escolares de Florianópolis. **Rev Nutr**, v.21, n.1, p.105-14, jan./fev. 2008.
- FREIRE, M.C.M. et al. Conhecimentos sobre saúde dental, dieta e higiene bucal de crianças atendidas pela Faculdade de odontologia da Universidade Federal de Goiás. **J Bras Odontopediatr Odontol Bebê**, v.5, n.25, p.195-9, maio/jun. 2002.
- GARCIA, P.P.N.S. et al. A. Educação e motivação: II. Avaliação da efetividade de métodos educativos-preventivos relativos à cárie dental e à doença periodontal. **Rev Odontol UNESP**, v.27, n.2, p.405-15, jul./dez. 1998.
- GOMES, P.R. et al. Paulínia, São Paulo, Brasil: situação de cárie dentária com relação às metas OMS 2000 a 2010. **Cad Saúde Pública**, v.20, n.3, p.866-70, mai./jun. 2004.
- GONZÁLEZ-GROSS, M. et al. The “healthy lifestyle guide pyramid” form children and adolescents. **Nutr Hosp**, v.23, n.2, p.159-68, mar./abr. 2008.
- MOYNIHAN, P.; AUAD, S. Dieta, Nutrição e Saúde Bucal. **Nutr Pauta**, ano XIV, n.77, p.24-33, mar./abr. 2006.

- MOYSÉS, S.J. Desigualdades em saúde bucal e desenvolvimento humano: um ensaio em preto, branco e alguns tons de cinza. **Rev Bras Odontol Saúde Coletiva**, v.1, n.1, p.7-17, jan./jun. 2000.
- NARVAI, P.C. Saúde bucal coletiva: um conceito. **Odontol Soc**, v.3, n.½, p.47-52, 2001.
- NAVIA, J.M. A new perspective for nutrition: the health connection. **Am J Clin Nutr**, v.61, n.2, p.407-9, 1995.
- PORTILLO, J.A.C.; PAES, A.M.C. Autopercepção de qualidade de vida relativa à saúde bucal. **Rev Bras Odontol Saúde Coletiva**, v.1, n.1, p.75-88, jan./jun. 2000.
- SPEIRS, R.L.; BEELEY, J.A. Food and oral health: 2. Periodontium and oral mucosa. **Dent Update**, v.19, n.4, p.161-2, May 1992.
- TAMIETTI, M.B. et al. Educação em saúde bucal para adolescentes: inadequação de uma metodologia tradicional. **Arq Odontol**, v.34, n.1, p.33-45, jan./jun. 1998.
- TRAEBERT, J. et al. Transição alimentar: problema comum à obesidade e à cárie dentária. **Rev Nutr**, v.17, n.2, p.247-53, abr./jun. 2004.
- VANN JR, W.F. et al. The Childhood Obesity Epidemic: A Role for Pediatric Dentists? **Pediatr Dent**, v.27, n.4, p.271-6, July/Aug. 2005.
- VITOLLO, M.R. et al. Impactos da implementação dos dez passos da alimentação saudável para crianças: ensaio de campo randomizado. **Cad Saúde Pública**, v.21, n.5, p.1448-57, set./out. 2005.
- ZHANG, Y. et al. Difference between dental caries and oral health behavior of family in primary dentition. **Hua Xi Kou Qiang Yi Xue Za Zhi**, v.26, n.1, p.67-9, Feb. 2008.
- ZUANON, A.C.C. et al. A importância do reforço constante na motivação do paciente. **J Bras Odontopediatr Odontol Bebê**, v.2, n.9, p.391-6, Nov. 1999.

Enviado em: junho de 2008.

Revisado e Aceito: outubro de 2008.

