

## Ensino Fundamental 1

### Higiene e Saúde Bucal

#### A importância do cuidado pessoal

Este plano de aula foi elaborado por participantes do programa Educonex@o, que forma professores para o uso de tecnologias digitais no processo de ensino e aprendizagem.

#### Disciplinas/Áreas do Conhecimento:

Ciências

#### Competência(s) / Objetivo(s) de Aprendizagem

- Compreender a importância da saúde bucal;
- Introduzir novos hábitos saudáveis em seu dia-a-dia;
- Criar e reforçar o hábito da higiene bucal;
- Reconhecer a boca, a língua, a gengiva e os dentes como partes do corpo necessárias à alimentação e fala.
- Identificar os efeitos negativos que uma má escovação causa na boca.
- Conhecer uma das principais doenças bucais: a cárie.
- Aprender a maneira correta de escovar os dentes.

#### Conteúdos:

- Higiene
- Saúde
- Escovação dental

#### Palavras Chave:

Higiene – Saúde – Saúde Bucal – escovação dental

#### Para Organizar o seu Trabalho e Saber Mais

##### Videos

1 – Castelo Rá Tim Bum – Ratinho escovando os dentes.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=BJM8lj3PQbc>

2 – Aprendendo a escovar os dentes.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=cQrgPUPI9RI>

## Proposta de Trabalho

Antes de iniciar, consulte os links sugeridos na área Para Organizar o seu Trabalho e Saber Mais

### 1ª Etapa: Introduzindo o tema

Questionar as crianças – “Por que o homem e muitas outras espécies de animais têm boca? E dentes? A ideia é que eles reflitam sobre as principais funções da boca: início do sistema digestório; e dos dentes: mastigação (corte e trituração) e auxílio a fala.

Converse com os alunos sobre estas e outras funções que eles conhecem e destaque as funções citadas. Fomente a necessidade de cuidarmos bem dos nossos dentes.

Encerre introduzindo a próxima etapa, que envolverá os cuidados dos dentes e como mantê-los saudáveis.

### 2ª Etapa: Saúde Bucal

Monte e apresente uma caixa com produtos de higiene bucal (escova de dentes, escova de língua, fio dental, porta escova de dentes, enxaguante bucal e pasta dental).

Mostre os objetos e pergunte suas funções e como são usados – deixe que a turma manuseie os objetos se sentirem vontade, aproveite este momento para falar sobre os cuidados com cada um deles.

Após a apresentação dos objetos, pergunte: "O que é saúde bucal? O que vocês consideram importante fazer para cuidar da boca?" – Observe se os alunos relacionam saúde bucal apenas com o estado de conservação dos dentes. Se isso foi identificado, chame a atenção de todos para o fato de que saúde bucal é um conceito muito mais abrangente e está relacionada com a saúde da boca toda, ou seja, do conjunto formado por dentes, gengivas e língua.

Aproveite para indicar que, para manter a boca sempre em bom estado, é preciso escovar os dentes corretamente, usar fio dental diariamente, evitar comer entre as refeições e usar produtos de higiene, como os já mencionados. Apenas destaque que algumas pastas de dentes e enxaguantes bucais podem incluir flúor em sua composição. Aproveite para falar sobre sua importância.

Para antecipar o que será discutido na próxima etapa, lance as seguintes questões: o que é cárie? Por que ela ocorre? Reserve alguns minutos para que as crianças exponham suas opiniões e, se possível, anote-as para poder retomá-las.

### 3ª Etapa: Conversando sobre a cárie

A partir das respostas das crianças, verifique se os alunos entendem que essa é uma das principais doenças da boca tanto entre crianças quanto entre adultos e que, na maioria das vezes, ela é causada pela má escovação dos dentes.

Explique que a cárie é uma forma de deterioração do dente e que é formada pela degradação de restos de alimentos que ingerimos: os restos se acumulam e lá permanecem; as bactérias que vivem no interior da nossa boca entram em ação, degradando os açúcares e produzindo ácidos que, por sua vez, corroem a superfície dos dentes. É a isso que chamamos cárie. Pergunte de quais maneiras podemos evitar esse problema. Espera-se que

as crianças sejam capazes de argumentar que, para que evitemos a formação de cáries, uma das medidas é fazer uma escovação correta dos dentes. Aproveite para utilizar de narrativas ficcionais, indicadas nos links, com uso de ilustrações que possam concretizar imagens no imaginário das crianças. Neste parâmetro, o processo da formação e dos resultados da cárie poderá ser mais significativo e melhor apreendido.

#### **4ª Etapa: Aprendendo a escovar os dentes**

Os alunos receberão um kit higiene contendo uma escova de dente, porta escova de dente e um tubo de creme dental.

Se você conhecer equipamentos de saúde que realizam oficinas e orientações sobre os cuidados com a saúde bucal, aproveite para convidá-los e conte sobre o que os alunos estão realizando e verifique a melhor maneira de encaixá-los. A presença de um dentista e de profissionais da saúde neste trabalho pode ampliar para as crianças a quantidade de pessoas preocupadas com o tema e formar novas parcerias com a unidade em que atua.

Também é importante acompanhar a escovação das crianças e, se possível, faça-o em pequenos grupos para que as crianças percebam modos e maneiras que cada um a realiza.

#### **5ª Etapa: Construção de cartazes**

Esta atividade pode gerar materiais informativos a serem produzidos ao final de todas as atividades. Eles serão utilizados para conscientizar outras crianças e profissionais sobre o projeto realizado, que poderá ser replicado. Portanto, ao final das atividades, construa cartazes informativos com a participação das crianças sobre a importância da saúde bucal aplicando assim o que foi aprendido.

Os cartazes serão fixados no pátio ou em lugares que sejam próprios para leitura e que haja um fluxo de pessoas. Aproveite para estimular a criatividade na produção dos cartazes. Um material bonito sempre é um belo convite para outros apreciarem.

Plano de aula:

Daniela de Barros Negrão Grijo

Janaína Oliveira dos Santos

Rita de Cássia Zanão Ferreira

NCE - Bauru – Turma 2