

# Hábitos e Perceções de Saúde Oral em Crianças e Adolescentes



Ana Valente <sup>1</sup>, Sílvia Pina-Neves <sup>2</sup> e Maria de Lurdes Pereira <sup>3</sup>

anasousavalente@gmail.com, spneves@fmd.up.pt e mpereira@fmd.up.pt

<sup>1</sup> Mestre em Medicina Dentária, <sup>2</sup> Professora Auxiliar Convidada da FMDUP, <sup>3</sup> Professora Auxiliar da FMDUP

**Introdução e Objetivos:** As crianças de hoje são os Homens de amanhã e, sendo assim, a Organização Mundial de Saúde (OMS) tem feito vários esforços no sentido de implementar melhores hábitos e perceções de saúde oral nas faixas etárias mais jovens. A saúde oral tem sido, então, um tema cada vez mais divulgado e introduzido no quotidiano de grande parte da população portuguesa. O objetivo deste estudo foi avaliar os hábitos e as perceções de saúde oral numa amostra de crianças e adolescentes, procurando mais especificamente conhecer e descrever esses hábitos e perceções.

**Materiais e Métodos:** A amostra foi composta por 382 crianças e adolescentes, rapazes (44,8%) e raparigas (55,2%), entre os 8 e os 19 anos de idade, que frequentavam uma escola privada em Vila Nova de Gaia, desde o 3.º ano ao 12.º ano de escolaridade. A recolha de dados foi feita através de um questionário de hábitos e perceções de saúde oral (construído para o efeito), aplicado de forma anónima e confidencial em contexto de sala de aula. A análise estatística foi realizada em SPSS®, utilizando-se estatísticas descritivas e testes não paramétricos.

## Resultados

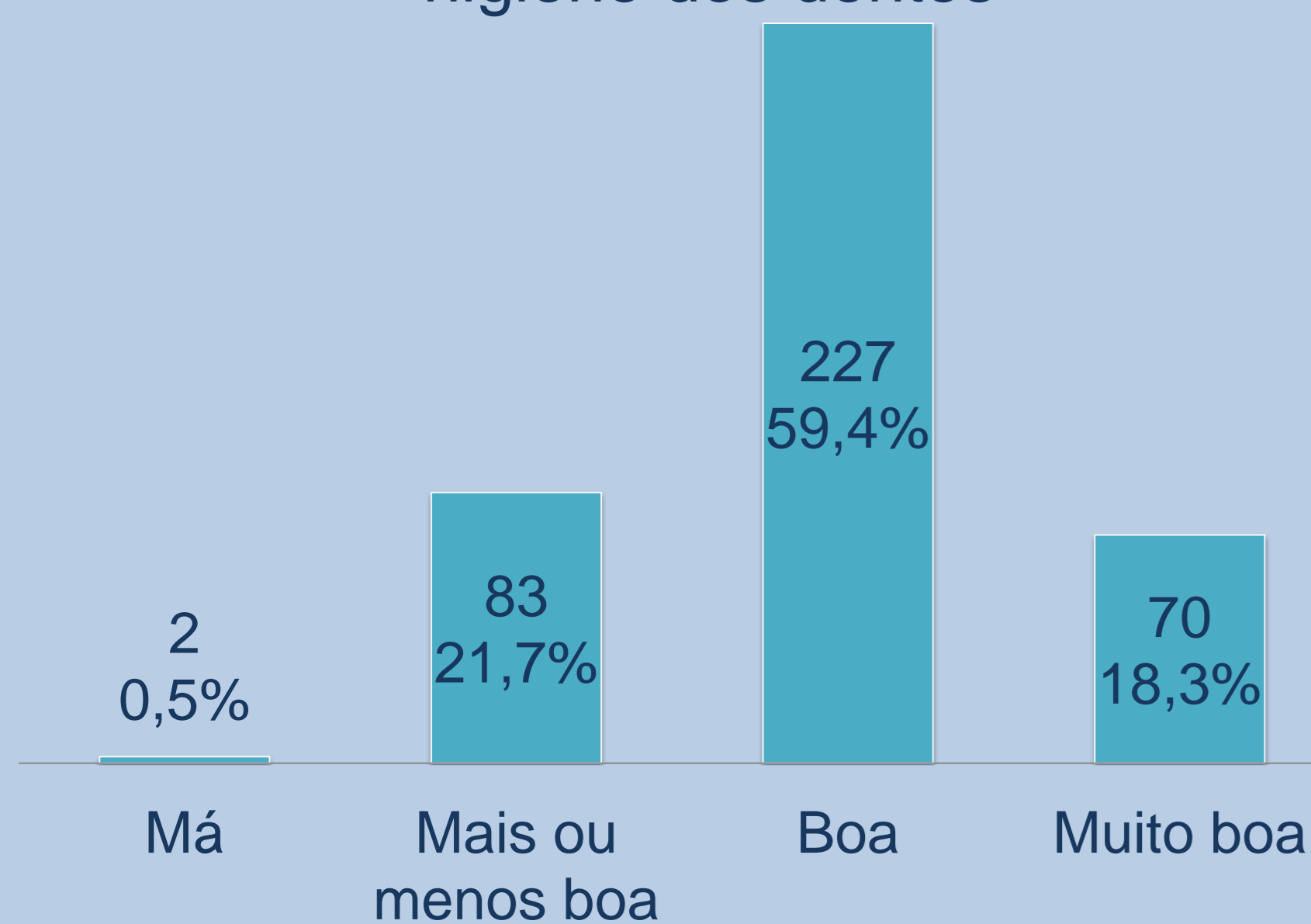
A maioria dos alunos revelou ter **bons hábitos de higiene oral**.

Verificou-se que estes alunos:

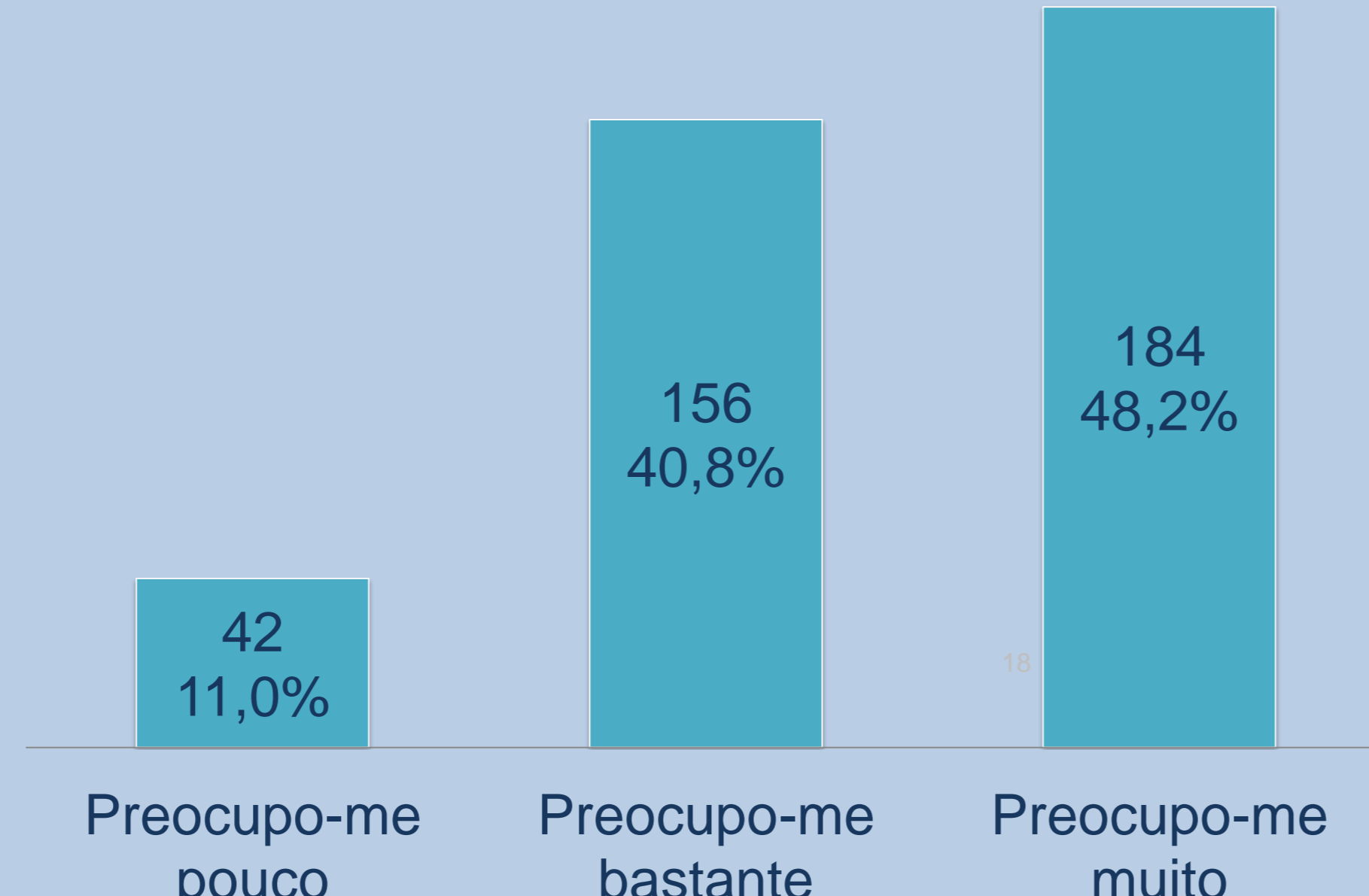
- ✓ Visitam o dentista pelo menos uma vez por ano (58,4%) realizando consultas de rotina;
- ✓ Escovam os dentes 2 vezes por dia, pensando que, idealmente, o deveriam fazer 3 vezes por dia (Tabela I);
- ✓ Escovam os dentes após o pequeno-almoço e o jantar, mas pensam que, idealmente, o deveriam realizar após as 3 principais refeições (Tabela II);
- ✓ Não costumam utilizar fio dentário (60,2%), nem colutório (42,9%);
- ✓ Classificam a higiene dos seus dentes como boa (Gráfico 1) e preocupam-se muito com a higiene dos seus dentes (Gráfico 2);
- ✓ Atribuem muita importância aos dentes (Gráfico 3) e ao sorriso (Gráfico 4) na sua imagem pessoal.

Foi ainda elaborada uma questão de resposta aberta acerca dos cuidados a ter com os dentes. As respostas foram organizadas em 3 dimensões: **Higiene Oral**, **Alimentação** e **Visitas ao dentista**. Na Higiene Oral, os cuidados incluem a escovagem diária dos dentes (40,3%), na Alimentação, o não comer muitos doces (14,9%) e nas Visitas ao dentista, a ida regular ao dentista (11,8%).

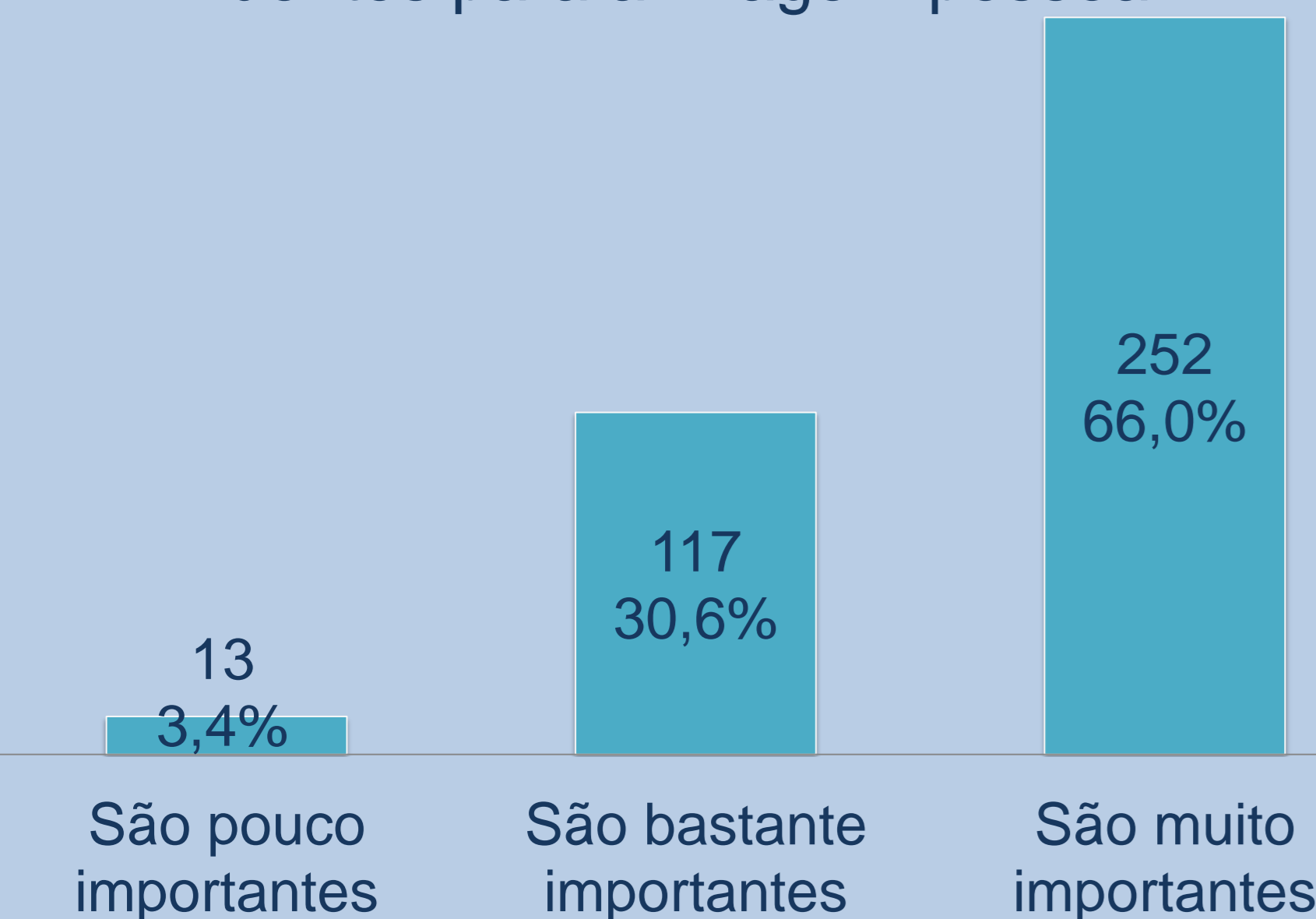
**Gráfico 1 – Classificação da higiene dos dentes**



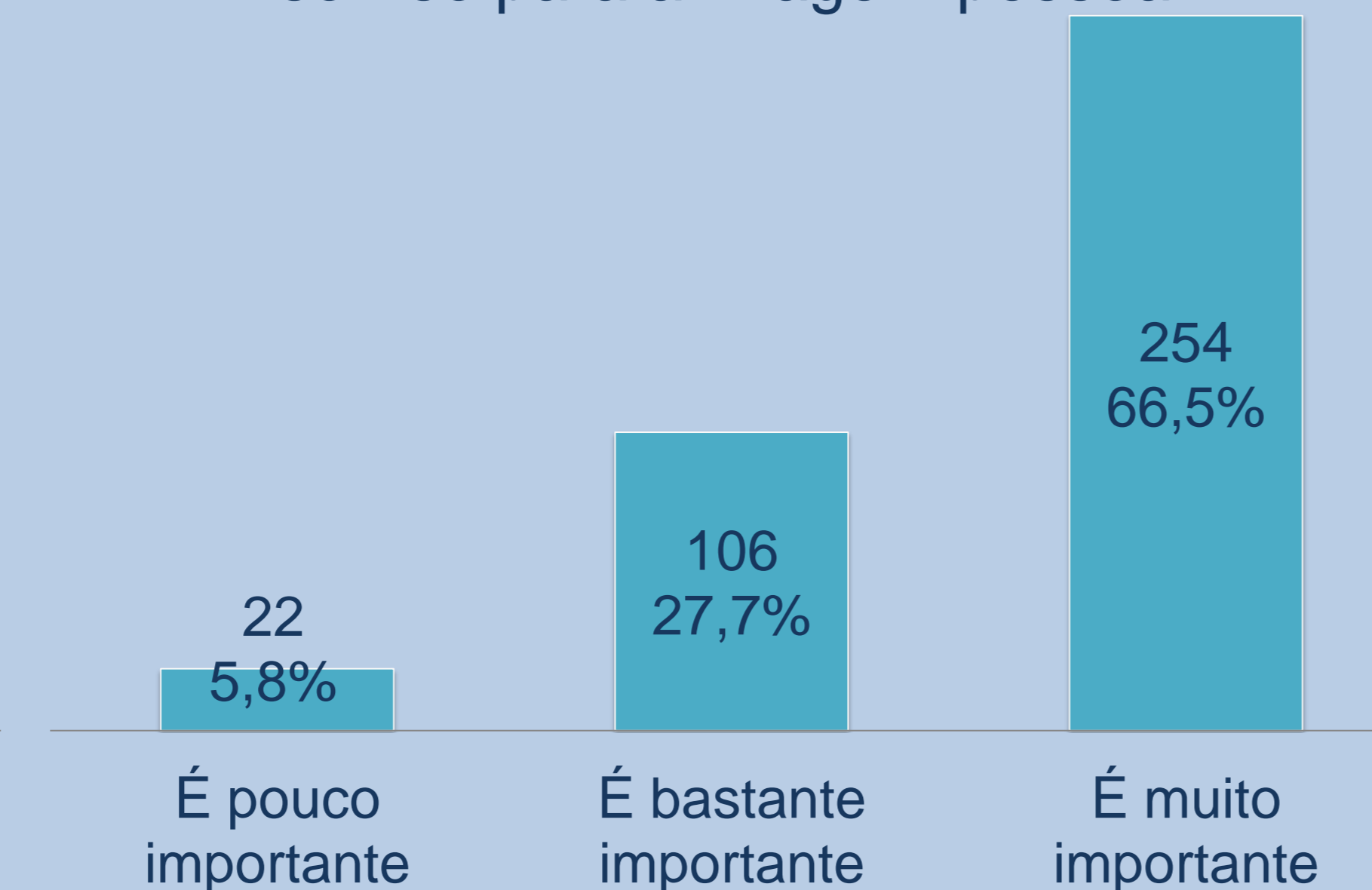
**Gráfico 2 – Preocupação com a saúde dos dentes**



**Gráfico 3 – Importância dos dentes para a imagem pessoal**



**Gráfico 4 – Importância do sorriso para a imagem pessoal**



**Tabela I - Comparação entre o número de escovagens diárias realizadas pelos alunos e a sua perceção sobre o número ideal de escovagens diárias**

N.º de escovagens diárias	Realizadas n (%)	Perceção do nº ideal n (%)
Nenhuma vez	0 (0,0)	0 (0,0)
1 vez	45 (11,8)	5 (1,3)
2 vezes	211 (55,2)	59 (15,4)
3 vezes	105 (27,5)	252 (66,0)
3 ou mais vezes	21 (5,5)	66 (17,3)
<b>Total</b>	<b>382 (100,0)</b>	<b>382 (100,0)</b>

**Tabela II - Comparação entre os momentos em que os alunos realizam escovagens ao longo do dia e a sua perceção sobre os momentos em que idealmente devem ser feitas escovagens**

Momentos de escovagem ao longo do dia	Realizadas n (%)	Perceção do nº ideal n (%)
Só depois do pequeno-almoço	12 (3,1)	1 (0,3)
Só depois do almoço	1 (0,3)	1 (0,3)
Só depois do jantar	38 (9,9)	13 (3,4)
Sempre que como alguma coisa	19 (5,0)	73 (19,1)
Depois do pequeno-almoço e do jantar	174 (45,5)	26 (6,8)
Depois do pequeno-almoço, almoço e jantar	102 (26,7)	256 (67,0)
Depois do almoço e do jantar	26 (6,8)	11 (2,9)
Depois do pequeno-almoço e do almoço	10 (2,6)	1 (0,3)
<b>Total</b>	<b>382 (100,0)</b>	<b>382 (100,0)</b>

**Conclusão:** As crianças e os adolescentes deste estudo apresentam bons hábitos e boas perceções de saúde oral. Estes resultados são positivos do ponto de vista médico-dentário e podem estar relacionados com o facto de, atualmente, existirem melhores cuidados e uma maior preocupação com a saúde oral das crianças e dos adolescentes.