

Saúde oral nas escolas

As doenças orais constituem, pela sua elevada prevalência, um dos principais problemas de saúde da população infantil e juvenil. Contudo, a cárie e as doenças periodontais, se adequadamente prevenidas e precocemente tratadas, são de uma elevada vulnerabilidade, com custos reduzidos e ganhos em saúde relevantes.

Em Portugal, o número de dentes cariados, perdidos e obturados por criança (CPOD) aos 12 anos de idade é de 2.95, e a percentagem de crianças livres de cárie dentária aos 6 anos é de 33%.

A Organização Mundial da Saúde aponta para que no ano 2020, pelo menos 80% das crianças com 6 anos estejam livres de cárie e, aos 12 anos, o CPOD não ultrapasse o valor de 1.5. Atingir estas metas só é possível através do reforço das acções de promoção da saúde e prevenção das doenças orais, as quais exigem um maior envolvimento dos profissionais de saúde e da educação.

Assim, a higiene oral deve ser abordada no contexto da aquisição de comportamentos de higiene pessoal e as aprendizagens deverão relacionar os saberes com as vivências, dentro e fora da escola.

As orientações curriculares para a Educação pré-escolar preconizam uma intervenção educativa, em que a educação para a saúde e a higiene fazem parte do dia a dia do Jardim-de-Infância.

Da mesma forma, durante a escolaridade obrigatória, as referências à descoberta do corpo, à saúde, à educação alimentar, à higiene em geral e à higiene oral estão integradas no currículo e nos programas escolares do 1º ao 9º ano do ensino básico.

Neste contexto preconiza-se que todas as crianças que frequentam os JI e as escolas do 1º CB façam a escovagem dos dentes no estabelecimento de ensino, conduzindo desta forma à responsabilização progressiva da criança pelo auto-cuidado da higiene oral.

A execução da escovagem deve ser orientada pelos professores, a quem deverá ser dada formação para esta actividade, e regularmente, pelo menos uma vez por trimestre, supervisionado pela equipa de saúde escolar. Esta medida preventiva deve no 1º CB, ser complementada pelo bochecho quinzenal com uma solução de fluoreto de sódio a 0,2%. Esta actividade quando feita de forma contínua e quinzenalmente contribui para a redução da cárie dentária em cerca de 26%.

A educação alimentar é também uma das vertentes centrais de um programa de promoção da saúde oral, pelo que é necessário sensibilizar para os aspectos da vida escolar que afectam a saúde oral das crianças, como a qualidade das ementas escolares e dos alimentos disponibilizados no bar ou máquinas de venda automática, a maior parte deles ricos em açúcar e como tal fortemente cariogénicos.

A adopção pelos estabelecimentos de ensino, da escovagem dos dentes dos alunos pelo menos 1 vez por dia, como factor central de um programa de promoção da saúde oral, vai possivelmente encontrar algumas resistências por parte dos educadores de infância e professores que importa ir resolvendo de forma progressiva e de acordo com as dificuldades reais encontradas, que se prendem normalmente com a deficiência das instalações e a dificuldade em vigiar todos os alunos durante a escovagem.

Assim importa que as actividades de promoção da saúde sejam integradas no projecto educativo da escola, dinamizada pelos professores, mas que inclua desde a fase de planeamento, outros parceiros essenciais para a resolução de obstáculos e para a sustentabilidade do projecto, nomeadamente a Autarquia cuja acção é fundamental na solução de problemas relacionados com a estrutura do edifício escolar.

De igual forma, os pais devem ser parceiros activos na programação das actividades de modo a participarem na resolução de problemas, assim como são essenciais para que haja em casa um reforço da prática da escovagem. A experiência diz-nos que projectos que foram iniciados sem o envolvimento da comunidade, frequentemente falham na sustentabilidade e continuidade, com o decorrer do tempo. Contudo, nos projectos em que a participação da comunidade é forte, a probabilidade de estes projectos caírem é menor e a eficácia será tanto maior quanto mais continuadas forem as actividades, dando suporte à mudança comportamental e ao reforço da sua manutenção.

Ângela Meneses Alves