

**SAÚDE  
BUCAL.  
SIMPLES  
HÁBITOS  
EVITANDO  
SÉRIOS  
PROBLEMAS.**

# SUMÁRIO

- 1. Introdução**
- 2. Saúde bucal**
- 3. Como é a nossa boca**
  - 3.1. O dente
    - 3.1.1. Dentes de leite (decíduos)
    - 3.1.2. Troca dos dentes
    - 3.1.3. Dentes permanentes
- 4. Principais doenças bucais**
  - 4.1. Placa bacteriana
  - 4.2. Cárie dentária
  - 4.3. Cálculo dentário ou tártaro
  - 4.4. Doenças da gengiva
  - 4.5. Lesões bucais
- 5. Saúde bucal por fases da vida**
  - 5.1. Bebês – 0 a 24 meses
  - 5.2. Crianças – 2 a 9 anos
  - 5.3. Adolescentes – 10 a 19 anos
  - 5.4. Adultos – 20 a 59 anos
  - 5.5. Idosos – acima de 60 anos
  - 5.6. Gravidez
  - 5.7. Pessoas com uso de prótese dentária (dentadura, ponte)
- 6. Higiene bucal**
- 7. Autoexame da boca**

# 1. INTRODUÇÃO

Uma boa saúde bucal não se limita a dentes e gengivas saudáveis. Significa estar livre de quaisquer dores ou problemas que possam comprometer as funções básicas da boca, tais como a mastigação, a deglutição e a fonação. A boa saúde bucal pode interferir em nossa autoestima, ao favorecer relações sociais sem inibição ou constrangimento.

Os dentes estão entre as únicas partes do corpo humano que não se regeneram; por isso a importância de cuidar bem deles. Não há melhor maneira de evitar o agravamento de pequenos problemas, senão por meio das avaliações regulares e cuidados preventivos.

# 2. SAÚDE BUÇAL

## Uma boca saudável envolve:

- Uma escovação adequada dos dentes, após cada refeição e antes de dormir utilizando escova de dente de tamanho apropriado, com cerdas macias e creme dental com flúor.
- O uso do fio dental entre todos os dentes após as escovações.
- Uma alimentação saudável, com controle da ingestão de açúcar, principalmente entre as refeições.
- Visitas regulares a um dentista.

# 3. COMO É A NOSSA BOCA

A boca é composta por dente, gengiva, língua, bochecha, lábio e outras estruturas que exercem funções importantes para que possamos mastigar, engolir, falar e sorrir. Quando cada uma dessas estruturas funciona corretamente, proporciona-nos saúde e bem-estar.

**GENGIVA**

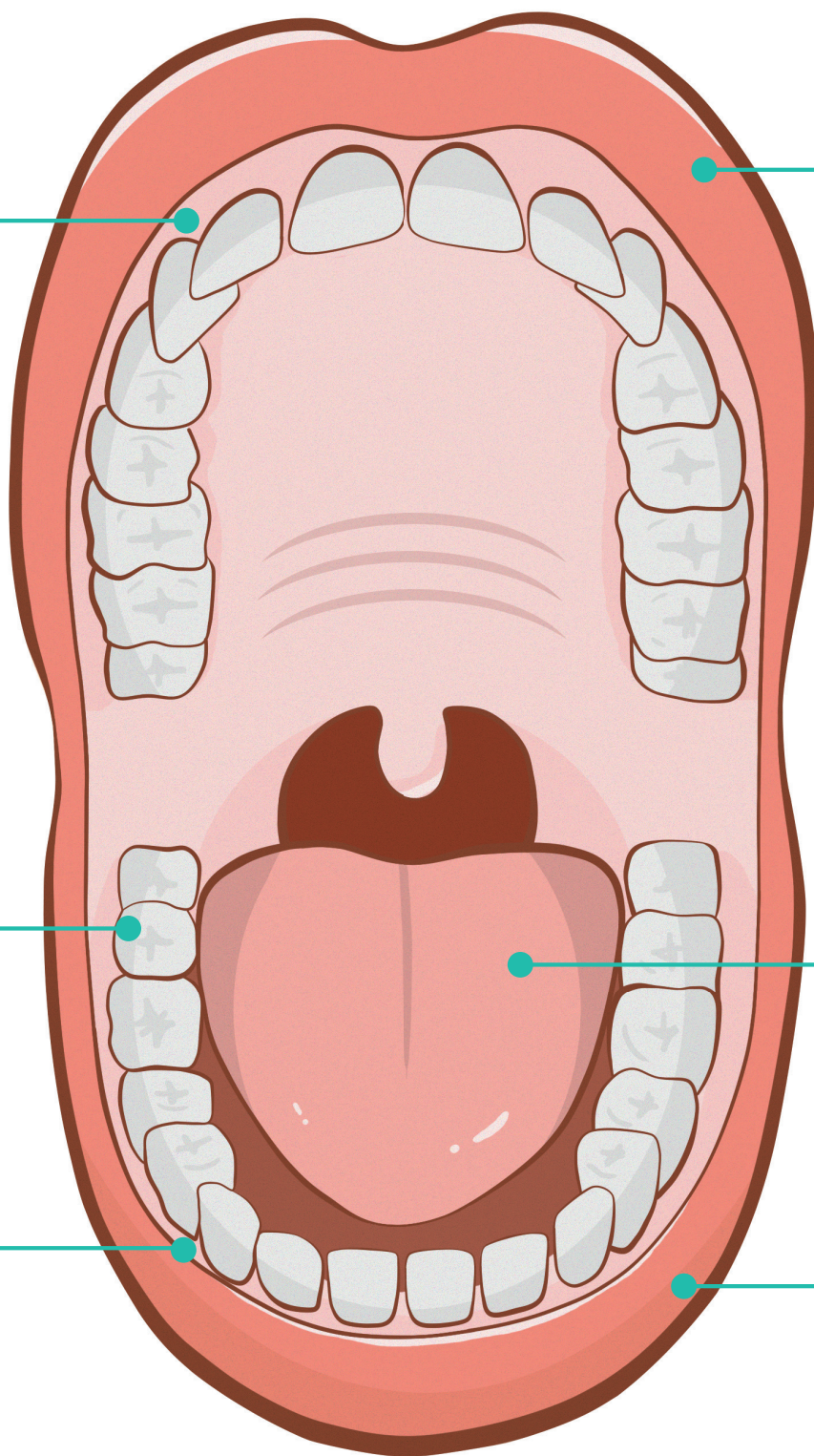
**LÁBIO SUPERIOR**

**DENTES**

**LÍNGUA**

**GENGIVA**

**LÁBIO INFERIOR**

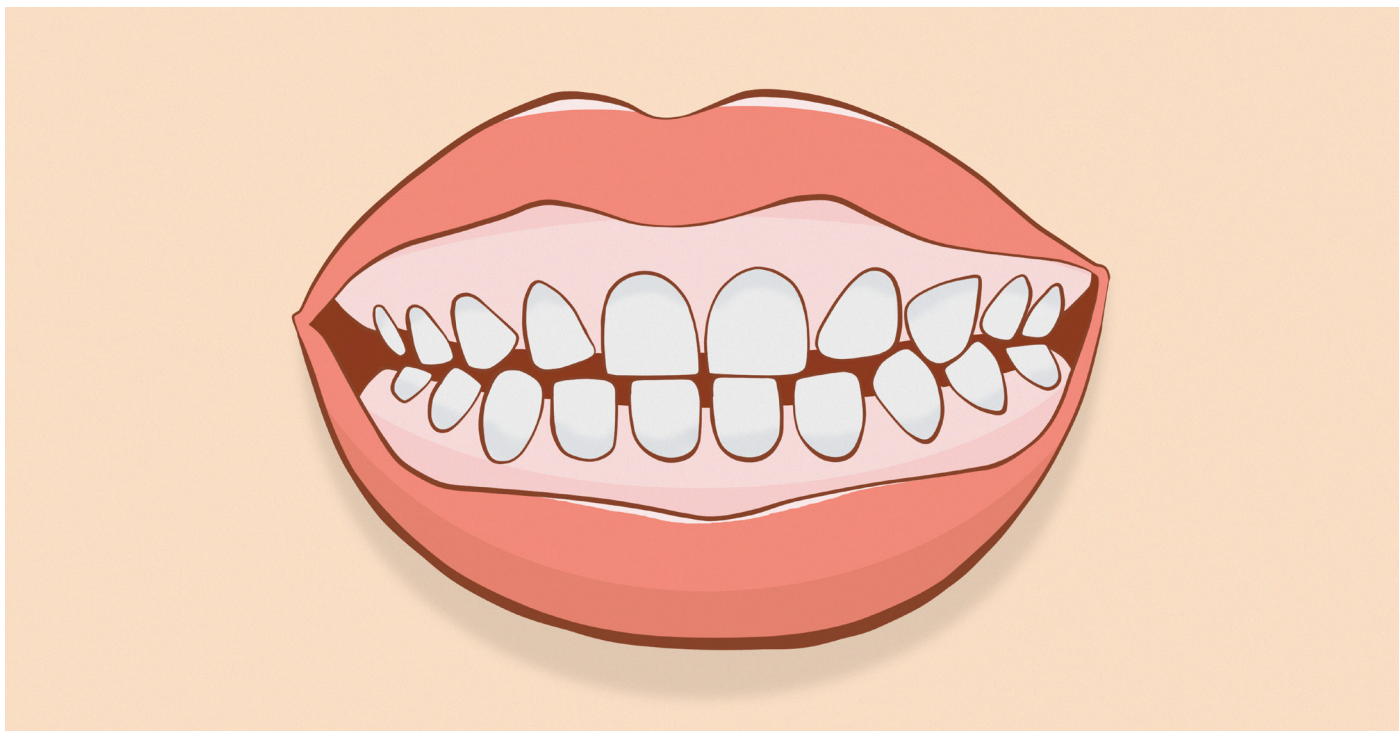


## 3.1 O DENTE

---

### 3.1.1 DENTES DE LEITE (DECÍDUOS)

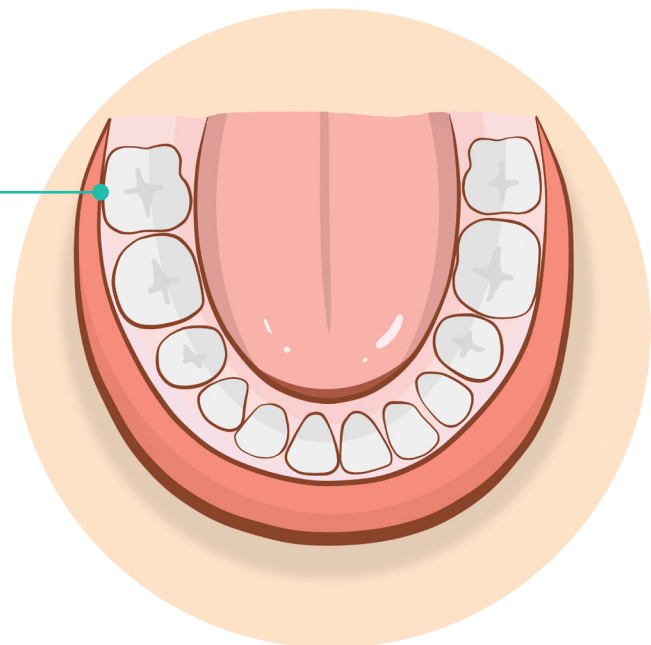
A primeira dentição é chamada de decídua, composta por 20 dentes, popularmente conhecidos como “dentes de leite”. A boca se desenvolve de forma diferente em cada criança, mas, geralmente por volta dos 6 meses de idade, inicia-se o nascimento dos dentes de leite e com 3 anos de idade as crianças normalmente já possuem todos os decíduos. Com eles permanecem até os 6 anos, quando é comum o nascimento do primeiro molar permanente.



O primeiro molar permanente nasce atrás do último dente de leite sem que haja queda de nenhum dente. Por isso, muitas vezes, não é percebido pelos pais, sendo até mesmo confundido com os decíduos.

#### PRIMEIRO MOLAR PERMANENTE

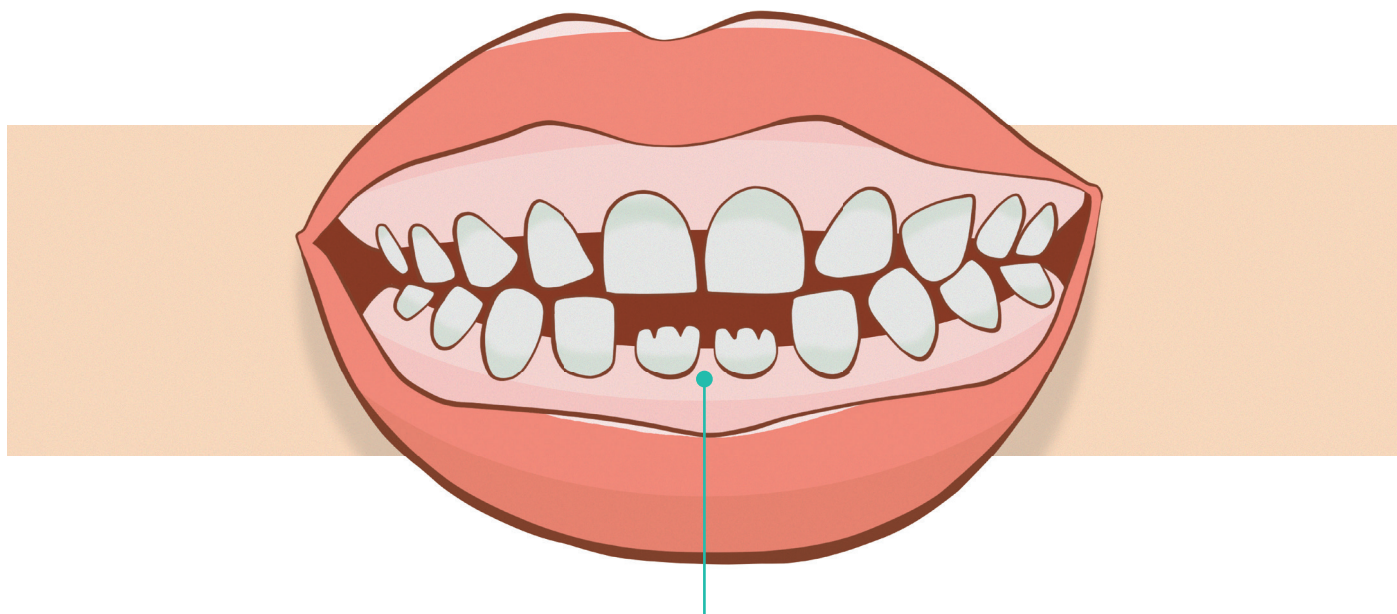
---





### 3.1.2 TROCA DOS DENTES

Por volta dos 5 ou 6 anos da criança, tem início a queda dos dentes de leite, seguida do nascimento dos permanentes. Os primeiros dentes trocados são os da frente, e o último a nascer é o “dente do siso”, que ocorre entre os 16 e 21 anos.



**INCISIVOS PERMANENTES NASCENDO ENTRE OS DENTES DE LEITE**

### 3.1.3 DENTES PERMANENTES

A dentição completa é composta de **32 dentes** permanentes.



# 4.

# PRINCIPAIS DOENÇAS BUCAIS

- Placa bacteriana
- Cárie dentária
- Cálculo dentário
- Doenças da gengiva
- Lesões bucais

## 4.1 PLACA BACTERIANA

---

A saliva protege os dentes, auxiliando contra a aderência de bactérias em suas superfícies. Mesmo assim, se não tomarmos os devidos cuidados, estaremos dando condições para as bactérias multiplicarem-se e aderirem aos dentes, formando a chamada “placa bacteriana”, que é o principal fator predisponente para as patologias bucais.

A placa bacteriana é uma película viscosa e incolor que se forma sobre os dentes. É formada por bactérias e restos alimentares acumulados na superfície dos dentes e na gengiva. Ela se desenvolve mais rapidamente em caso de ingestão frequente de açúcar. Se não for removida, poderá causar cáries, cálculo dentário, doenças da gengiva e mau hálito.

### **IMPORTANTE:**

Para prevenir a formação da placa bacteriana, o principal método é a escovação dental.



## 4.2 CÁRIE DENTÁRIA

---

A cárie é uma doença infectocontagiosa que, para sua instalação, necessita de 4 fatores básicos: o hospedeiro (nossos dentes), microrganismos (bactérias da boca e os ácidos), o substrato (carboidratos e açúcares) e o tempo (frequência de ingestão de alimentos).

É uma das doenças bucais mais comuns no mundo. Caracteriza-se pela destruição progressiva dos dentes e é causada pela acidez produzida pelas bactérias da placa, frequente em casos de consumo elevado de açúcar.

As bactérias causadoras de cáries podem ser transmitidas para a criança por meio do contato com a saliva das pessoas com quem convive diariamente. Para evitar esse fator de risco, é importante seguir as seguintes recomendações: evitar o uso compartilhado de copos e talheres, evitar o contato da boca e da mãe ou cuidador com a comida do bebê, evitar beijar o bebê na boca, não “limpar” a chupeta do bebê com a boca, evitar o uso de brinquedos que possam conter a saliva de outras crianças.

### **IMPORTANTE:**

A cárie acontece apenas quando temos dentes e salivas desprotegidos, comumente quando há consumo de alimentos que favorecem a produção de ácidos pelas bactérias. Portanto, medidas preventivas de higienização (escovação dos dentes e uso do fio dental), uma dieta equilibrada e acesso a produtos fluoretados podem impedir o desenvolvimento da doença.



## 4.3 CÁLCULO DENTÁRIO OU TÁRTARO

---

Quando a placa bacteriana não é removida totalmente, através de uma correta escovação, ela pode se calcificar, formando uma espécie de crosta amarelada e endurecida sobre os dentes. É o chamado cálculo dentário, ou tártaro.

### **IMPORTANTE:**

O principal agente causador das doenças da gengiva é a placa bacteriana, que se não for removido poderá calcificar formando o tártaro. Para impedir esse processo, é necessária uma adequada escovação dentária e uso de fio dental. O dentista poderá realizar a limpeza profissional, removendo-os dos dentes.



## 4.4 DOENÇAS DA GENGIVA

---

Entre as mais comuns doenças na gengiva estão a gengivite e a periodontite. Ambas são causadas pelo acúmulo de placa bacteriana.

### GENGIVITE

É uma inflamação da gengiva. Os primeiros sinais dessa doença é o sangramento da gengiva que fica inchada e com coloração avermelhada. Quando isso ocorre, não se deve parar de escovar os dentes nas partes próximas da gengiva. O que se deve fazer é melhorar a escovação dos dentes e o uso de fio dental.



### PERIODONTITE

Com a evolução da gengivite e aumento do sangramento, a doença pode evoluir para uma periodontite. Ocorre perda de osso e de outras estruturas que fazem suporte aos dentes, produzindo sangramento, pus, sensibilidade, retração da gengiva, mobilidade, podendo levar à perda do dente.



### **IMPORTANTE:**

A principal causa de perda dentária entre adultos e idosos ocorre em decorrência de doenças da gengiva. Assim como as outras doenças, o melhor método de prevenção é a escovação adequada.

## 4.5 LESÕES BUCAIS

---

Ao escovar os dentes, devemos observar se existem lesões (manchas, caroços, inchaços, placas esbranquiçadas ou avermelhadas, feridas), principalmente na língua, bochecha, lábios, céu da boca, embaixo da língua ou na garganta.

As lesões bucais mais comuns são aftas, herpes labiais, inflamações gengivais e feridas causadas por próteses removíveis (dentaduras). Todas estas são benignas.

Já o câncer de boca é uma denominação que inclui os cânceres de lábio e cavidade oral (mucosa bucal, gengivas, palato duro, língua e assoalho da boca) e está entre as principais causas de óbito por neoplasias. A doença pode ser prevenida não só com a melhora do acesso aos serviços de saúde em prol de diagnósticos precoces, mas apenas uma vez que seja dada a correta atenção aos cuidados necessários.

### FATORES DE RISCO

- Tabagismo (uso de cachimbos, hábitos de mascar fumo, entre outros).
- Consumo frequente de bebidas alcoólicas.
- Uso crônico de álcool e tabaco associados potencializa o risco de aparecimento do câncer de boca.
- Exposição à radiação solar sem protetor solar.
- Má higiene bucal.
- Uso de próteses dentárias mal-ajustadas.
- Dieta baseada na ingestão de alimentos ricos em gorduras e pobres em proteínas, vitaminas e sais minerais.

**PROCURE UM PROFISSIONAL PARA DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DE QUALQUER UMA DESSAS DOENÇAS.**

**5.**

# **SAÚDE BUCAL POR FASES DA VIDA**



## 5.1 BEBÊS – O A 24 MESES

---

O bebê deve ser encaminhado para um serviço odontológico já nos primeiros 6 meses de vida.

No período do nascimento dos dentes, é comum o aparecimento de sintomas, tais como salivação abundante, diarreia, aumento da temperatura e sono agitado, mas que não são necessariamente decorrentes desse processo.

Aleitamento materno: exceto em situações especiais, deve ser feito com exclusividade até os 6 meses de idade. A partir de então, deve-se incentivar o uso progressivo de alimentos em colheres e copos. Esse é um importante fator de prevenção da má oclusão dentária.

### HÁBITOS BUCAIS – SUÇÃO DE CHUPETA OU MAMADEIRA

- Em situações adversas, nas quais necessite dar mamadeira ao bebê, não aumentar o furo do bico do mamilo artificial, que serve para o bebê fazer a sucção e aprender a deglutir.
- Caso a criança faça uso de chupetas ou bicos, substitua-os pelos mordedores assim que os primeiros dentes surgirem. O uso em excesso de chupetas ou bicos pode deixar os dentes “tortos” e prejudicar a mastigação, a deglutição (ato de engolir), a fala, a respiração e o crescimento da face.

### ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

- O primeiro passo para ter uma vida saudável é garantir que a amamentação seja assegurada para a criança. A amamentação é importante tanto para a mãe como para o filho. É um cuidado para toda a vida.
- Mamar no peito, desde o nascimento, faz seu bebê crescer forte e saudável e favorece o desenvolvimento da musculatura e ossos da face, ajudando a evitar problemas no posicionamento dos dentes.
- Ao iniciar com o leite complementar, sucos ou chás, evite acrescentar açúcar.

## ALIMENTOS COM POTENCIAL CARIOGÊNICO

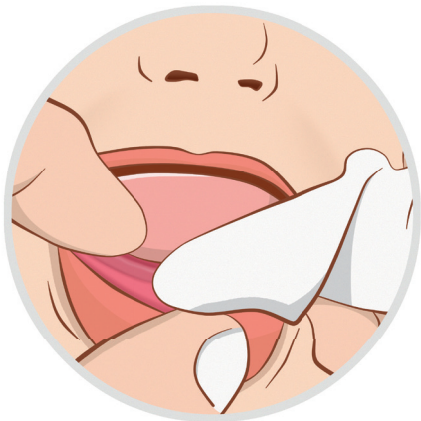
- **Açúcar:** deve ser evitado nos 2 primeiros anos de vida.
- **Mel:** o uso do mel também não é indicado para bebês de até 2 anos de idade pelo risco de botulismo, alergias e por ser cariogênico.

**A CRIANÇA DEVE SER AMAMENTADA EXCLUSIVAMENTE COM LEITE MATERNO ATÉ OS 6 MESES DE IDADE. DAÍ EM DIANTE, DEVERÁ RECEBER ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR APROPRIADA, CONTINUANDO A AMAMENTAÇÃO ATÉ A IDADE DE 2 ANOS OU MAIS.**

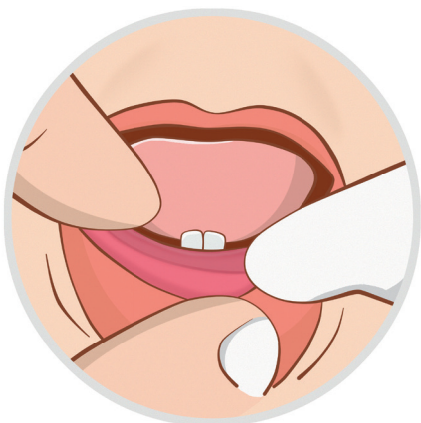
## SAÚDE BUCAL

- Crianças, principalmente no primeiro ano de vida, podem ter um tipo de cárie que evolui muito depressa e pode atingir vários dentes de uma só vez, destruindo-os rapidamente. A causa mais comum desse problema é a amamentação durante a noite, prolongada e frequente, associada à falta de limpeza dos dentes após o fim.
- A higiene após a mamada noturna é recomendada, porém é difícil e pode aborrecer o bebê. Nesse caso, a higiene deve ser feita antes da mamada.

## HIGIENE BUCAL



- Limpe a boca do bebê antes mesmo de seus dentes começarem a nascer.
- Higienize a gengiva, bochecha e língua com fralda limpa ou gaze umedecida com água filtrada ou fervida.



- Quando os dentes de leite da frente começarem a nascer, a limpeza continua sendo feita com gaze ou fralda umedecida com água limpa.



- Quando os dentes de leite de trás começarem a nascer, a limpeza dos dentes e da língua deve começar a ser feita com escovinha de dente pequena e macia.
- A partir do nascimento dos primeiros molares, pode-se usar o mínimo possível de creme dental com flúor (menos que 1 grão de arroz é suficiente e não incomoda o bebê).
- Limitar a frequência de escovação a 2 vezes ao dia e ensinar a criança a não engolir a espuma do creme dental.

### IMPORTANTE:

A higienização deve ser realizada pelos pais ou responsáveis.

## 5.2 CRIANÇAS – 2 A 9 ANOS

---

Em torno de 5 anos de idade, os incisivos e molares permanentes da criança começam a nascer. Nessa fase, deve-se reforçar a importância da higiene bucal, principalmente nos novos dentes.

Maus hábitos predispõem a criança à má oclusão e devem ser trabalhados no processo educativo. Entre eles:

- Uso de chupeta – é recomendado que esse hábito seja perdido gradualmente, até os 3 anos. Após essa idade, o hábito de sucção é anormal e pode trazer problemas de oclusão.
- Chupar o dedo – a má oclusão oriunda desse hábito depende da forma, frequência, duração e intensidade que a criança mantém o dedo na boca.
- Deglutição atípica – projeção da língua entre os dentes anteriores, tanto durante o repouso quanto no ato da deglutição.
- Hábito de roer as unhas, respiração exclusivamente bucal, entre outros.

### ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

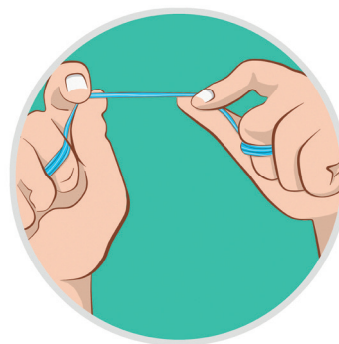
A cultura onde a criança está inserida interfere em seus hábitos alimentares. É válido incentivar os alimentos saudáveis, que favoreçam a mastigação e a limpeza dos dentes. Alertar para o fato de que o consumo exagerado e frequente do açúcar pode constituir fator de risco para a cárie dentária e outras doenças. Incentivar o consumo de alimentos que contenham açúcar natural (frutas).

É a partir dos 2 anos de idade que a alimentação da criança torna-se mais parecida com a da família.

### HIGIENE BUCAL



- Reforçar a importância de usar apenas o mínimo de creme dental com flúor, pois é comum que a ingestão ainda ocorra nessa idade.

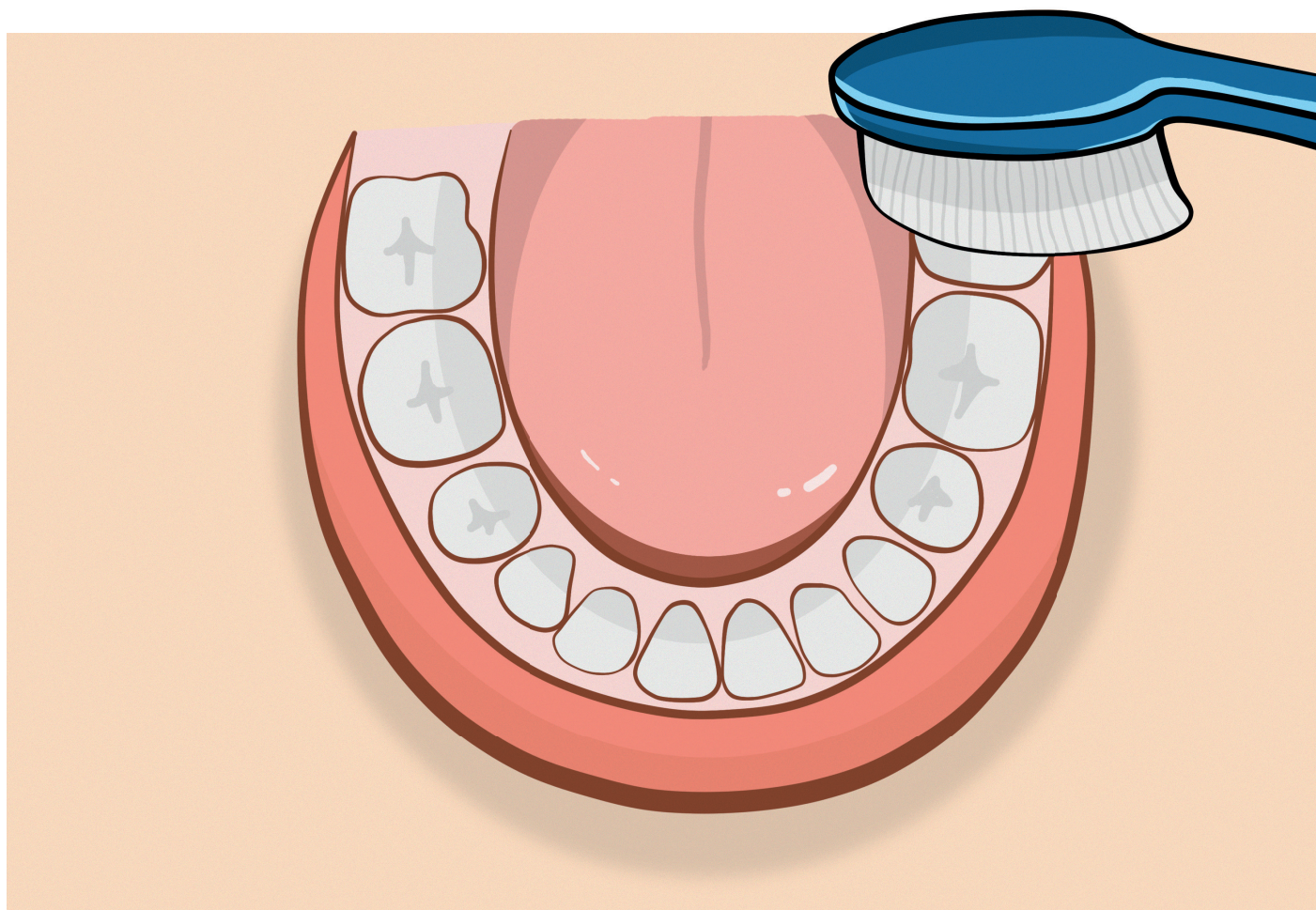


- O uso de fio dental deve ser feito com a ajuda de um adulto.

## IMPORTANTE:

A escovação continua sendo responsabilidade dos pais ou responsáveis. Mas, à medida que a criança cresce, deve ser estimulada a fazer a escovação sozinha. Nesse período, é importante que a criança escove seus dentes e os pais/responsáveis complementem a escovação, à medida que o desenvolvimento da motricidade se dá ao longo do tempo.

## HIGIENE BUCAL



- Dentistas alertam que nos dentes permanentes a maioria das cáries começa pelo primeiro molar. Por isso recomenda-se que os pais ou responsáveis complementem a escovação nessas áreas.

## 5.3 ADOLESCENTES – 10 A 19 ANOS

---

Entre os 17 e 21 anos há, geralmente, o nascimento dos terceiros molares, mais conhecidos como “dentes de siso”. É, na maioria das vezes, local de difícil acesso, o que exige cuidado especial em sua escovação.

Com a aproximação da idade adulta, cresce o risco de doenças periodontais (da gengiva), e reduz o risco biológico de ocorrência de cáries. Observa-se alta incidência de gengivites, o que pode acarretar uma doença própria dessa faixa etária, a periodontite juvenil localizada ou generalizada.

### ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A adolescência é o período de transição entre infância e vida adulta, que ocorre entre os 10 e 20 anos de idade, e é caracterizada por transformações, inclusive no comportamento alimentar. Promover a alimentação adequada do adolescente é considerar suas características e suas necessidades, conciliando prazer e princípios de alimentação saudável, somada à prática regular de atividade física.

A dieta rica em carboidratos associada à escovação dental inadequada, é fator predisponente à cárie dentária. A dieta deve ser menos cariogênica, e é aconselhado evitar o consumo de refrigerantes, visto que estes podem ocasionar a erosão dentária (desgaste provocado por substância ácidas).

### HIGIENE BUCAL

Escovação adequada, uso de fio dental e o autoexame da boca.

As gengivas sangrando fazem com que muitas vezes o adolescente não escove a área que apresente problemas. Mas é justamente mantendo a normal escovação e uso do fio, que as condições da região afetada poderão melhorar rapidamente.

## 5.4 ADULTOS – 20 A 59 ANOS

---

Nessa faixa etária, a prevenção e a detecção precoce de doenças e problemas é fundamental. A doença periodontal (da gengiva) é um dos principais problemas que podem acometer o adulto. É importante:

### ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Evitar alimentos potencialmente cariogênicos e corrosivos.

### HIGIENE BUCAL

Escovação adequada, uso de fio dental e o autoexame da boca. Consultas preventivas regulares são importantes para que a saúde bucal seja mantida.

## 5.5 IDOSOS – ACIMA DE 60 ANOS

---

A saúde bucal em idosos busca garantir seu bem-estar, qualidade de vida e autoestima, por meio da melhora na mastigação, estética e qualidade da comunicação.

Ao apresentar alguma doença, é importante a solicitação de um parecer médico sobre sua condição de saúde antes da realização de qualquer tratamento odontológico.

### **Nessa faixa etária, deve-se observar:**

- Dificuldade ao se alimentar, tanto durante a mastigação como ao engolir os alimentos.
- Queixas de dor ou desconforto.
- Costume ou mudança de hábitos alimentares, preferindo alimentos pastosos, líquidos ou tenros aos que necessitam de mastigação.
- Queixas no momento da higiene oral ou da manipulação da boca.
- Resistência ou recusa à realização da higiene bucal.
- Mau hálito.
- Boca seca ou ardência bucal.
- Feridas na boca.
- Sangramento gengival.

## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A perda de dentes pode contribuir para uma dieta inadequada, por isso a correta orientação alimentar é fundamental. A necessidade de uma alimentação menos cariogênica permanece nessa faixa etária.

Medicamentos usados frequentemente pelos idosos, em especial no tratamento do diabetes e hipertensão arterial, causam diminuição da produção de saliva. Beber bastante água durante o dia é importante para manter a boca úmida, diminuindo a concentração de bactérias na boca.

## HIGIENE BUCAL

Em caso de déficit de coordenação motora é necessário auxílio na escovação a fim de evitar o risco de desenvolvimento de placa bacteriana.

### **IMPORTANTE:**

É possível manter íntegros os dentes durante o envelhecimento. Mas para tanto é necessário que a prevenção seja feita durante toda a vida.



## 5.6 GRAVIDEZ

---

O estado de saúde bucal da gestante pode influenciar na saúde geral e bucal do bebê.

Os dentes de leite começam a se formar internamente a partir da 6ª semana de vida intrauterina e os dentes permanentes a partir do 5º mês de vida intrauterina.

Por isso, os seguintes fatores podem acarretar problemas nos dentes dos bebês: o uso de medicamentos, a ocorrência de infecções e deficiências nutricionais.

### ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Se os alimentos ingeridos pela mãe contém as quantidades adequadas de nutrientes, influenciarão positivamente na formação dos dentes do feto.

A alimentação saudável para a gestante segue os mesmos princípios da alimentação da família, que envolve as quantidades adequadas de todos os grupos de alimentos.

### HIGIENE BUCAL

- A gravidez não causa cárie. O que pode ocasionar o aparecimento de cáries durante essa fase é o aumento do número de vezes em que se consome alimentos, principalmente doces, sem a sucessiva escovação adequada.
- As gengivas ficam mais sensíveis e fáceis de serem irritadas pela placa bacteriana, mas, novamente, basta a correta escovação para remover toda a placa e evitar o sangramento gengival.

#### **IMPORTANTE:**

A presença de doenças bucais (cáries e doenças periodontais) durante a gravidez pode levar a uma redução no peso do recém-nascido.

## 5.7 PESSOAS COM USO DE PRÓTESE DENTÁRIA (DENTADURA, PONTE)

---

### USO DE PRÓTESE COM PRESENÇA DE OUTROS DENTES (PONTE MÓVEL)

Limpe a prótese fora da boca com sabão ou pasta de dente e escova de dente exclusiva para esse uso. Antes de recolocá-la na boca, escove os dentes e limpe a gengiva, céu da boca e a língua.

### AUSÊNCIA DE TODOS OS DENTES E USO DE DENTADURA

Remova a prótese de dentro da boca e limpe-a com uma escova de dente. Antes de recolocá-la na boca, limpe a gengiva, céu da boca e a língua.

### CUIDADOS

- Durma sem a prótese, deixando-a sempre em copo com água e bicarbonato ou produto efervescente para limpeza durante a noite.
- A prótese não dura para sempre, quando houver sinal de fratura, bordas pontiagudas ou trincas, deve-se consultar o dentista para avaliação da necessidade de troca. Não utilize colas domésticas, pois estas podem afetar os tecidos bucais.
- Faça avaliação periódica da ponte móvel ou dentadura para verificar a necessidade de reajustes.

#### **IMPORTANTE:**

Além da escovação adequada, é importante fazer o autoexame periódico e ao perceber alteração de cor ou textura na gengiva e bochecha, deve-se buscar orientação profissional.

# 6. HIGIENE BUCAL



Escove os dentes diariamente utilizando creme dental com flúor.



Posicione a escova inclinada na direção da gengiva e faça movimentos de cima para baixo nos dentes de cima e de baixo para cima nos dentes de baixo, como se estivesse varrendo os dentes.



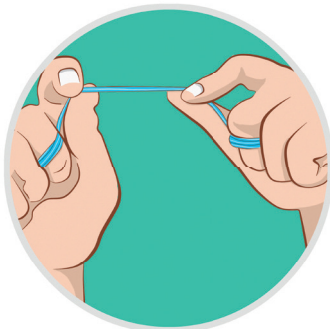
Depois escove a parte interna de cada dente da mesma forma.



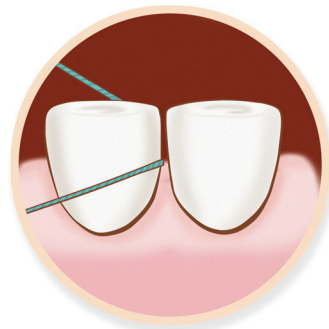
Escove a superfície do dente que usamos para mastigar, o movimento de vaivém é suave. A escova deve ir até os últimos dentes do fundo da boca.



Finalmente, escove a língua, ela acumula restos de alimentos e bactérias que provocam mau hálito. Faça movimentos cuidadosos com a escova “varrendo” a língua da parte interna até a ponta.



Após a escovação, utilize o fio dental. Enrole cerca de 40 cm de fio ou fita dental entre os dedos.



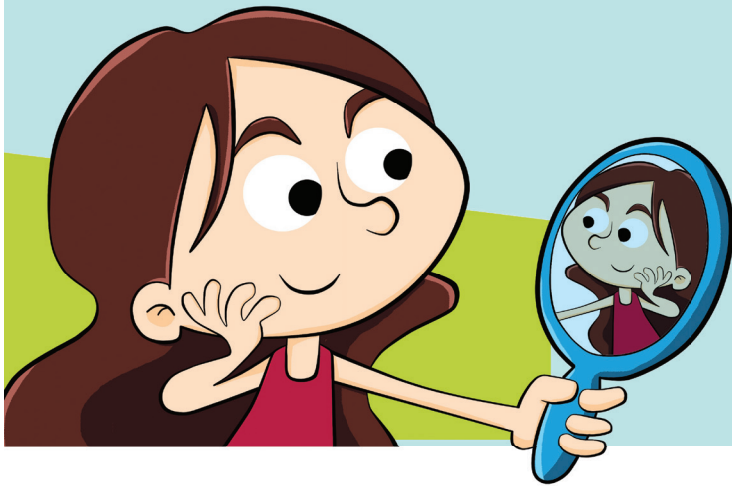
Leve até o espaço existente entre a gengiva e o dente e pressione-o sobre o dente, puxando a sujeira até a ponta do dente. Passe o fio dental pelo menos 2 vezes em cada um dos espaços entre os dentes, primeiro pressionando para um lado, depois para o outro.

# 7. AUTOEXAME DA BOCA

O autoexame é uma técnica simples que a própria pessoa pode fazer, basta ter um espelho em um ambiente iluminado. Em caso de pessoas parcial ou totalmente dependentes, os pais, responsáveis, ou cuidadores devem ser treinados para essa finalidade.

Ao realizar o autoexame devemos ficar atentos com mudanças na aparência dos lábios e parte interna da boca, endurecimentos, sangramentos, áreas dormentes, dentes amolecidos ou quebrados, presença de feridas, caroços, manchas brancas ou avermelhadas, verrugas etc.

Realize esse processo uma vez por mês, se notar alguma anormalidade, procure imediatamente um dentista ou médico.



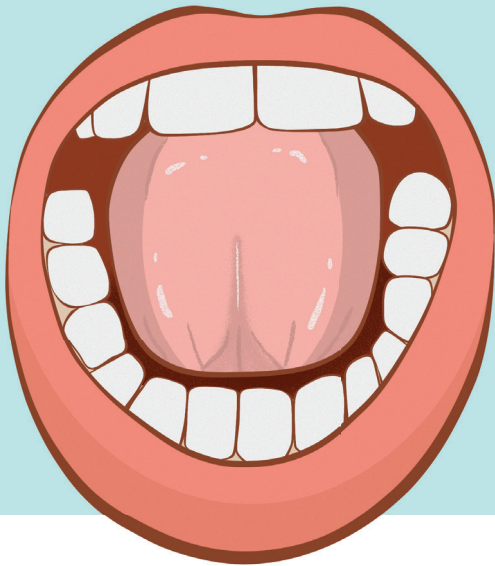
- Fique em frente ao espelho em local iluminado. Se usar dentadura ou ponte, retire-a.
- Atente ao seu rosto e pescoço.
- Apalpe o pescoço dos dois lados e verifique se tem manchas ou caroços.



- Olhe os lábios por fora e por dentro, eles devem estar com aparência lisa e vermelha, sem manchas, feridas ou irritações.



- Ainda com a boca aberta, examine a gengiva e as bochechas dos dois lados. Elas também devem estar sem manchas, feridas ou irritações.
- Observe também os dentes.



- Coloque a língua no céu da boca e olhe embaixo da língua.



- Coloque a língua para fora e olhe a garganta.



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

# REFERÊNCIAS



FERELLE, Antonio et al (Org.). **Guia de orientação para saúde bucal nos primeiros anos de vida**. UEL. Londrina, 2008.

GOVERNO DO ESTADO DA BAHIA. **Importância da saúde bucal**. 2014.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Mantenha seu sorriso fazendo a higiene bucal corretamente** [cartilha]. 2013.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cadernos de atenção básica: saúde bucal**. 2006.

SÃO PAULO (Estado). Secretaria de Saúde. **Sorrir com saúde bucal** [cartilha]. 2009.

BUFFON, Marilene da Cruz Magalhães e colaboradores. **Práticas coletivas em saúde bucal**. Universidade Federal do Paraná, 2012.



[www.unimedcuritiba.com.br](http://www.unimedcuritiba.com.br)

 /UnimedCuritiba