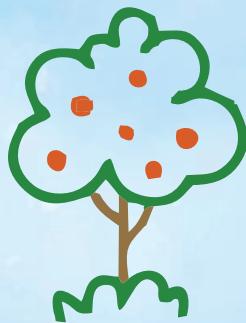


Guia de Educação em Saúde Bucal Através de Dinâmicas Lúdicas

Promovendo hábitos saudáveis de forma divertida e interativa



Autor: Leonardo Silva do Nascimento

Identidade Visual: Jennifer da Silva Mendes Rosário

Orientação: Danielle Tupinambá Emmi



ISBN 978-65-01-33270-3

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Nascimento, Leonardo Silva do

Guia de educação em saúde bucal através de dinâmicas lúdicas [livro eletrônico] : promovendo hábitos saudáveis de forma divertida e interativa / Leonardo Silva do Nascimento ; identidade visual Jennifer da Silva Mendes Rosário ; orientação Danielle Tupinambá Emmi. -- Belém, PA : Ed. do Autor, 2025.

PDF

Bibliografia.

ISBN 978-65-01-33270-3

1. Atividades criativas 2. Dentes - Cuidados e higiene 3. Saúde bucal - Obras de divulgação
I. Rosário, Jennifer da Silva Mendes. II. Emmi, Danielle Tupinambá. III. Título.

CDD-617.6

NLM-WU-100

25-252935

Índices para catálogo sistemático:

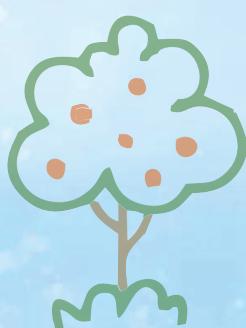
1. Saúde bucal : Odontologia 617.6

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415



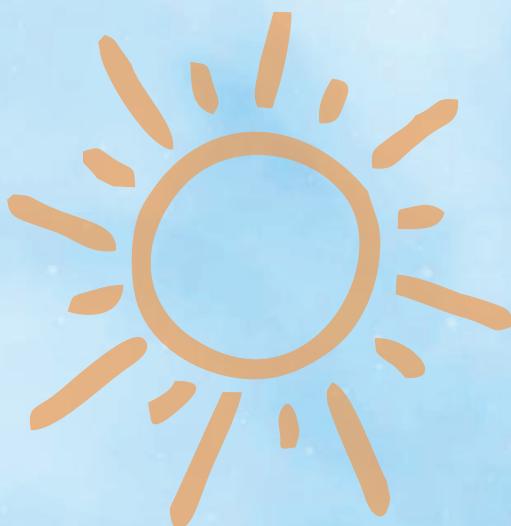
Este guia foi desenvolvido por Leonardo Silva do Nascimento, a partir de adaptações de brincadeiras tradicionais, provas de reality shows, esportes e experiências vividas pelo autor na infância. Seu objetivo é ser uma ferramenta educativa, lúdica, divertida e interativa, para ensinar as crianças sobre técnicas e bons hábitos de higiene oral. O foco é promover a redução significativa da incidência de patologias orais, especialmente a cárie, no público infantjuvenil.

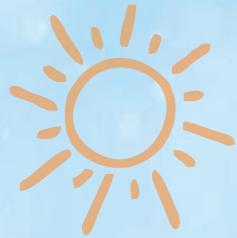
Todas as dinâmicas presentes neste guia foram testadas e aprimoradas no Projeto Social Unidade Sorena entre 2022 e 2024, por meio das atividades desenvolvidas pelo Projeto de extensão “Promoção de saúde integral a jovens em situação de vulnerabilidade do Projeto Social Unidade Sorena” (PROEX/UFPA). Os resultados foram expressivos, com um aumento significativo no interesse das crianças por temas relacionados à saúde bucal, na fixação das informações transmitidas e, principalmente, na integração do tema "higiene oral" no cotidiano das crianças.



Sumário

- 1. Introdução**
- 2. Objetivos do Guia**
- 3. A Importância da Saúde Bucal na Infância**
- 4. Como Utilizar Este Guia**
- 5. Dinâmicas Lúdicas para Educação em Saúde Bucal**
 - Eliminando a Cárie**
 - Detonando a Cárie**
 - Completando as Etapas da Escovação**
 - Passa ou Repassa Odontológico**
 - Jogo da Velha Odontológico**
 - Fuja da Cárie**
 - Caça ao Tesouro Odontológica**
 - Ping Pong Odontológico**
 - Curling Odontológico**
- 6. Conclusão e Dicas para os Educadores**
- 7. Referências**





1. Introdução

Este guia foi desenvolvido para oferecer uma abordagem inovadora e lúdica no ensino de saúde bucal para crianças. Por meio de dinâmicas educativas e divertidas, buscamos criar um ambiente interativo que estimule o aprendizado e, ao mesmo tempo, seja motivador e promova a fixação dos hábitos de higiene oral. O objetivo é que as crianças se envolvam com a temática de saúde bucal, compreendam a importância de manter os dentes saudáveis e, principalmente, se divirtam enquanto aprendem.

Com base na experiência adquirida no Projeto Social Unidade Sorena entre 2022 e 2024, este guia é resultado de diversas adaptações de brincadeiras tradicionais, esportes e jogos, sempre com foco em tornar a educação em saúde bucal mais eficaz e envolvente para o público infantojuvenil.

2. Objetivos do Guia

O objetivo deste guia é ser uma ferramenta acessível e útil para educadores, profissionais de saúde e qualquer pessoa interessada em promover a saúde bucal de forma interativa, tendo a lúcididade como método. As dinâmicas propostas visam:

Educar de forma lúdica: Utilizar jogos e atividades que tornem o aprendizado mais divertido e prático.

Fixar os hábitos de higiene bucal: Ensinar as crianças a importância da escovação, uso do fio dental e visitas regulares ao dentista.

Reducir a incidência de cáries: Envolver as crianças na prevenção de doenças bucais desde cedo.

3. A Importância da Saúde Bucal na Infância

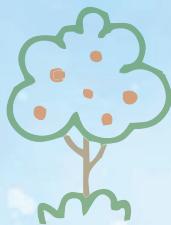
A saúde bucal na infância é crucial não apenas para a saúde dos dentes, mas para o desenvolvimento geral da criança. Cáries dentárias podem afetar a autoestima, a alimentação e até mesmo o rendimento escolar. Ensinar as crianças a cuidarem de seus dentes desde cedo é uma das formas mais eficazes de prevenção.

Fatos importantes:

A cárie dental é uma das doenças mais comuns na infância.

Manter uma boa higiene bucal é fundamental para evitar doenças bucais como gengivite e cárie.

O cuidado com os dentes também está relacionado ao bem-estar geral e à saúde de outros órgãos.



4. Como Utilizar Este Guia

Este guia é voltado para estudantes, educadores e profissionais de saúde que desejam aplicar dinâmicas educativas de forma lúdica e interativa. Para utilizar o guia da melhor forma:

Leitura inicial: Recomenda-se que o educador leia todo o conteúdo do guia antes de aplicar as dinâmicas.

Preparação: Antes de começar as atividades, reúna todos os materiais necessários para as dinâmicas.

Adaptação: O guia oferece sugestões de adaptação das atividades para diferentes idades, por isso, é importante personalizar as dinâmicas conforme o público.

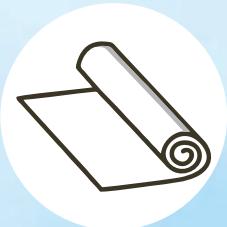
Acompanhamento: Ao final das atividades, converse com as crianças sobre o que aprenderam e como podem aplicar os conceitos no seu cotidiano.



5. Dinâmicas Lúdicas para Educação em Saúde Bucal

ELIMINANDO A CÁRIE:

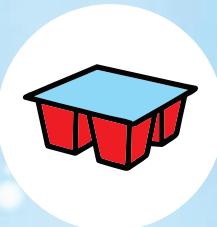
Materiais necessários:



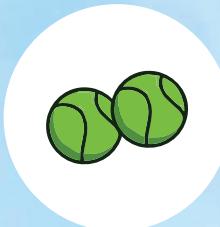
02 Cartolas de papel



Caneta piloto



24 Embalagens de iogurte



02 bolas de tênis



01 Rolo de fita crepe

Modo de Execução:

1. Preparação Inicial:

- Utilizando uma caneta piloto, desenhe um dente em cada cartolina, garantindo que tenham as mesmas medidas/dimensões.
- Fixe as cartolinhas ao chão com fita crepe, cada uma representando a raia de uma equipe.

3. Objetivo do Jogo:

- O objetivo é remover as "cáries" (potinhos de iogurte) do dente através do arremesso alternado de uma bola de tênis pelos jogadores das equipes.

5. Pontuação:

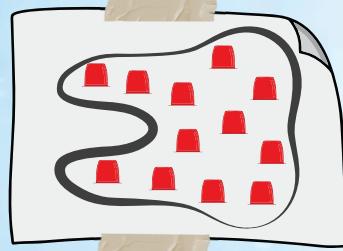
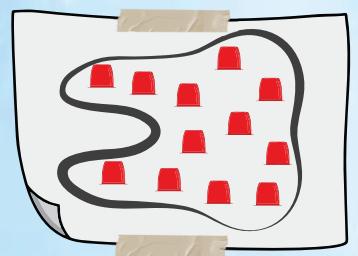
- A equipe que limpar completamente o dente vence a rodada e ganha um ponto.
- Ao final da dinâmica, a equipe com mais pontos é declarada vencedora.

2. Disposição dos Elementos:

- Dentro de cada desenho de dente, organize 3 fileiras de 4 potes de iogurte.
- Os potes de iogurte representam as cáries que precisam ser removidas.

4. Procedimento:

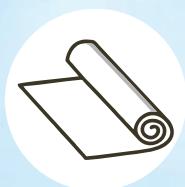
- Os jogadores arremessam a bola de tênis de uma distância de 5 metros em direção aos potes de iogurte.
- Cada equipe arremessa de forma alternada até eliminar todas as cáries de cima do desenho do dente.



Essa dinâmica incentiva trabalho em equipe, precisão nos arremessos e estratégia para alcançar a vitória.

DETONANDO A CÁRIE:

Materiais necessários:



Cartolina de papel



Caneta piloto



1 Pacote de balões



Impressões coloridas
Cárie (- 2 pontos)



01 Rolo de fita crepe



01 Pelúcia



01 Caixa de Papelão 50x50

Modo de Execução:

1. Preparação Inicial:

- Os responsáveis pela dinâmica desenham a imagem de um dente gigante em uma cartolina.
- Em seguida, fixam o desenho na parede com fita crepe.

3. Objetivo do Jogo:

- Os balões representam a cárie, e as equipes devem removê-los o mais rápido possível para ganhar pontos.
- As condições bucais boas dão pontos às equipes, enquanto as ruins resultam em perda de pontos.

5. Finalização e Pontuação:

- Quando todos os balões forem detonados e o desenho do dente estiver completamente limpo, o organizador registra a pontuação de cada equipe.
- A equipe com mais pontos é declarada vencedora.



2. Preenchimento do Dente:

- O dente é preenchido com balões fixados também com fita crepe.
- Os balões contêm impressões de papel, em seu interior, representando condições bucais boas e ruins.

4. Procedimento:

- Uma caixa de papelão é posicionada a 30 cm da parede com o dente cariado.
- As crianças de cada equipe arremessam, de forma alternada e a uma distância de 4 metros, uma pelúcia dentro da caixa.
- O jogador que acertar a pelúcia dentro da caixa tem o direito de detonar um dos balões e descobrir a condição bucal e a pontuação associada, seja positiva ou negativa.

ESTOURAR UM BALÃO



FIM DA FILA

Essa dinâmica promove diversão, interação e conscientização sobre saúde bucal, enquanto as equipes competem para remover as cárries e alcançar a maior pontuação.

COMPLETANDO AS ETAPAS DA ESCOVAÇÃO:

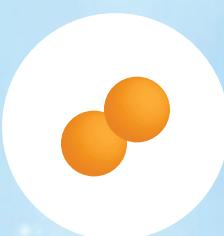
Materiais necessários:



10 bases
de garrafa
PET



10 impressões
coloridas



2 Bolas
de Ping Pong



01 rolo de
fita crepe



01 mesa de
madeira
2x0,8 m

1. Preparação Inicial:

- As bases de garrafas são organizadas em duas fileiras de 5 bases cada, representando as raias de cada equipe. Cada base PET corresponde a uma etapa da escovação.
- Ao lado das bases, são colocadas impressões coloridas indicando as etapas: 1-Uso do fio dental, 2- movimento de “bolinha”, 3- movimento de trenzinho, 4- movimento de “vassourinha” e 5- escovação da língua.

3. Procedimento:

- As equipes estão organizadas em fila, e um jogador por vez faz um arremesso, retornando para o final da fila independentemente do resultado.
- As equipes que acertarem a bola na base concluem a respectiva etapa e eliminam uma base da mesa.
- O jogo continua até que não restem mais bases na mesa.

2. Objetivo do Jogo:

- As equipes devem concluir as etapas de forma sequencial, arremessando a bolade ping pong para que ela pingue pelo menos uma vez antes de cair no interior da base PET correspondente à etapa.

4. Pontuação:

- A equipe que concluir todas as etapas primeiro marca um ponto.
- Ao final da dinâmica, a equipe com mais pontos é declarada vencedora.



Essa dinâmica promove trabalho em equipe, coordenação e diversão, enquanto reforça a importância da escovação em etapas.

PASSA OU REPASSA ODONTOLÓGICO:

Materiais necessários:



01 Mesa
Plástica



01 Tampa plástica
5cm de diâmetro
(botão)



1kg de Farinha
de trigo



Banco de
Perguntas

Modo de execução:

1. Divisão das Equipes:

- As crianças são divididas em duas equipes e posicionadas em lados opostos da mesa.

3. Procedimento:

- A pergunta é feita para ambas as equipes.
- A criança que souber a resposta deve acionar rapidamente o botão na mesa.
- Se a resposta estiver correta e o botão foi acionado primeiro, a equipe que acertou ganha um ponto.
- Como consequência, o membro da equipe adversária que errou recebe trigo no rosto. É importante orientar as crianças a protegerem os olhos durante essa etapa.

2. Perguntas do Banco:

- Uma pergunta é selecionada do banco de perguntas previamente preparado.

4. Pontuação e Continuação:

- Os pontos são registrados após cada pergunta.
- O processo se repete com uma nova pergunta, alternando entre as equipes.

5. Finalização:

- Ao final do jogo, a equipe com mais pontos é declarada vencedora.
- Os participantes podem limpar o trigo dos rostos de forma segura e amigável.



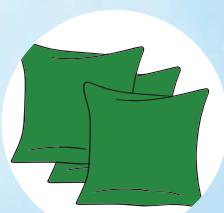
Essa dinâmica é uma maneira divertida de testar o conhecimento das crianças enquanto promove interação e diversão.

JOGO DA VELHA ODONTOLÓGICO:

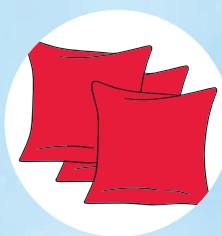
Materiais necessários:



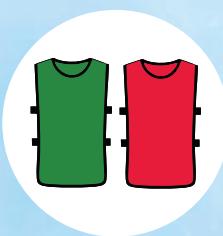
01 rolo de fita crepe



03 almofadas referentes a cor da equipe 01



03 almofadas referentes a cor da equipe 02



Coletes para divisão das equipes



Banco de Perguntas

Jogo da velha odontológico:

1. Divisão das Equipes:

- As crianças são divididas em duas equipes.

3. Perguntas do Banco:

- As equipes são submetidas simultaneamente às perguntas do banco de perguntas.

5. Objetivo:

- A equipe que conseguir posicionar três almofadas de sua cor sequencialmente na horizontal, vertical ou diagonal marca um ponto ou vence a dinâmica, dependendo da regra estabelecida.

6. Finalização:

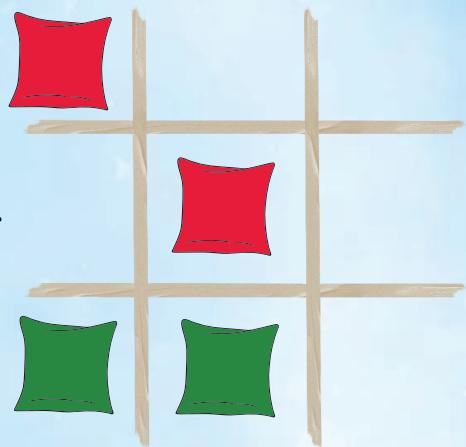
- Ao final do jogo, a equipe com mais pontos ou a primeira equipe a completar a sequência de almofadas é declarada vencedora.

2. Preparação do Tabuleiro:

- No chão, é desenhado o jogo da velha, com fita crepe.

4. Procedimento:

- Quando um jogador acerta a pergunta, ele tem o direito de se deslocar até o tabuleiro.
- O jogador posiciona uma almofada da cor de sua equipe em uma das células do jogo da velha que ainda não foi preenchida.
- Após posicionar a almofada, o jogador volta para o final da fila.
- O jogo continua com as equipes respondendo às perguntas e posicionando almofadas conforme acertam as respostas.



Essa dinâmica combina perguntas e estratégias, promovendo diversão e engajamento enquanto as crianças exercitam seus conhecimentos e habilidades de raciocínio acerca dos conhecimentos odontológicos.

FUJA DA CÁRIE:

Materiais necessários:



12 Bambolês



Tiras de TNT para
divisão das equipes
(2 cores)

Modo de Execução:

1. Divisão das Equipes:

- As crianças são divididas em duas equipes e organizadas em filas.

3. Procedimento:

- As equipes se revezam para jogar.
- O jogador da equipe da vez avança pelo circuito, tentando evitar pisar nas casas com cárie.
- Se um jogador pisar em uma casa com cárie, ele sai do circuito e volta para o final da fila.
- Se o jogador conseguir atravessar o circuito sem pisar em uma casa com cárie, ele marca um ponto para sua equipe.

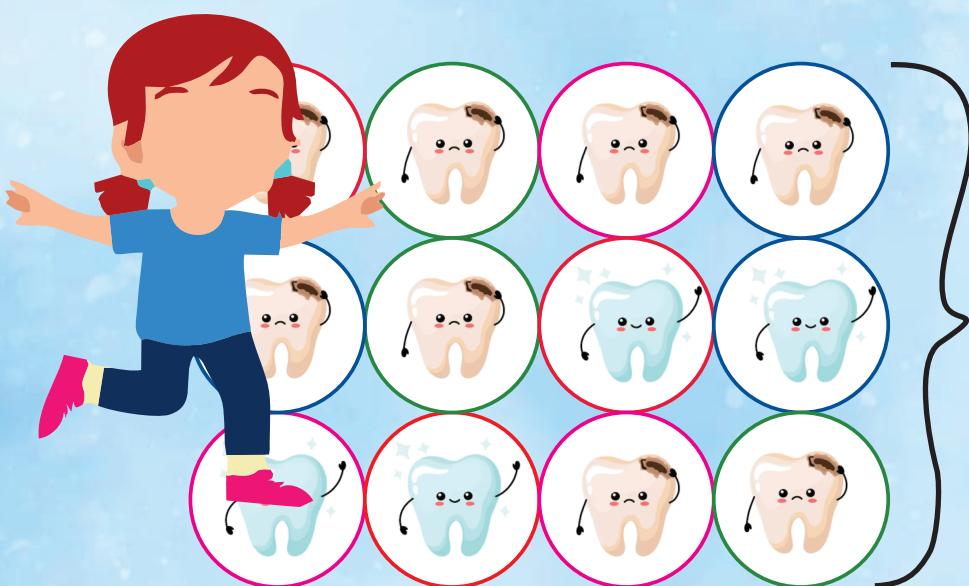
2. Preparação do Circuito:

- No chão, é demarcado um circuito com 12 bambolês, semelhante a um campo minado.
- Em cada rodada, são colocados gabaritos indicando as casas com cáries dentro do circuito.

4. Pontuação:

- Os pontos são marcados para cada jogador que concluir o circuito sem pisar nas casas com cárie.
- Ao final da dinâmica, a equipe com mais pontos é declarada vencedora.

Essa dinâmica é uma forma divertida de conscientizar as crianças sobre a importância da saúde bucal, enquanto promove trabalho em equipe e coordenação motora.



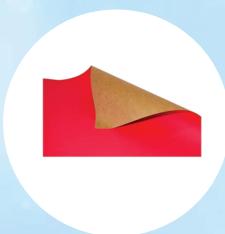
**Os gabinetos
mudam a cada
rodada!**

CAÇA AO TESOURO ODONTOLÓGICA:

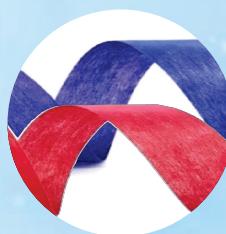
Materiais necessários:



10 impressões coloridas



Papel Cartão



Tiras de TNT
(duas cores distintas)



02 retângulos de
TNT 1,5x0,9 m
(duas cores distintas)

Modo de execução:

1. Divisão das Equipes:

- As crianças são divididas em 2 equipes e identificadas com tiras de TNT amarradas ao braço.

3. Objetivo do Jogo:

- Os representantes de cada equipe devem encontrar os pares de impressões relacionadas à saúde oral e direcioná-los ao quadro da equipe.

5. Pontuação e Vitória:

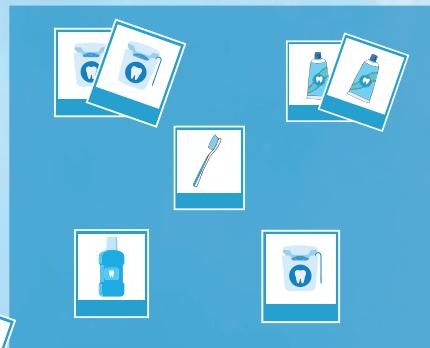
- Ao final da dinâmica, a equipe que somar mais pontos vence.

2. Preparação do Jogo:

- As crianças ficam voltadas para a parede enquanto os organizadores escondem os 5 pares de impressões coloridas nas dependências da instituição.
- Cada impressão é reforçada com papel cartão no verso para evitar danos e identificar a qual equipe pertence.

4. Procedimento:

- Os representantes das equipes buscam ativamente as impressões escondidas e as levam para o quadro da equipe, localizado próximo à parede onde as equipes aguardavam.
- A equipe que completar seu quadro primeiro com as 5 figuras marca um ponto.
- Uma nova rodada se inicia após a conclusão de cada rodada.



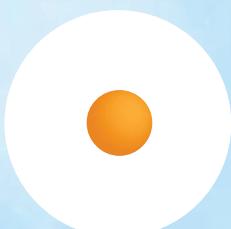
Essa dinâmica promove trabalho em equipe, estimula a busca ativa e conscientiza sobre a importância da saúde oral de forma lúdica e educativa.

PING PONG ODONTOLÓGICO:

Materiais necessários:



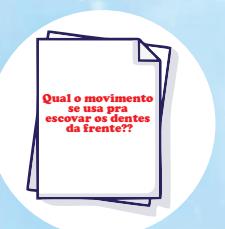
10 bases
de garrafa
PET



01 Bola de
Ping Pong



01 Mesa
Retangular



Impressões
coloridas



Banco de
Perguntas

Modo de Execução:

1. Organização das Crianças:

- As crianças são organizadas em fila em uma extremidade da mesa.

3. Objetivo do Jogo:

- O jogador deve arremessar a bolinha de modo que ela pingue e caia dentro da base PET.

5. Pontuação e Vitória:

- O jogador que somar mais pontos ao se esgotarem todas as perguntas é declarado vencedor.

2. Preparação do Jogo:

- Na outra extremidade da mesa, as bases PET são dispostas formando um triângulo.
- Dentro de cada base está uma impressão colorida com uma pergunta do banco.

4. Procedimento:

- Ao acertar a base, o jogador retira a impressão e responde a pergunta correspondente.
- Se acertar a resposta, o jogador soma um ponto e retorna ao final da fila.
- O jogo continua até que todas as perguntas sejam respondidas.



Essa dinâmica promove diversão, interação e aprendizado, incentivando as crianças a responderem perguntas enquanto desenvolvem suas habilidades motoras ao arremessar a bolinha.

CURLING ODONTOLÓGICO:

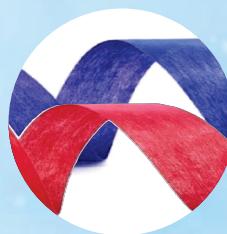
Materiais necessários:



01 Bola de Futebol



01 Rolo de fita crepe



Tiras de TNT
(duas cores distintas)



Impressões coloridas

Modo de execução:

1. Preparação do Campo:

- Os organizadores criam um quadrado de 2x2m com fita crepe, subdividido em 5 faixas de 0,4m cada.
- Cada faixa contém uma impressão colorida indicando uma condição bucal e uma pontuação de 20, 40, 60, 80 e 100 pontos, respectivamente.

3. Procedimento do Jogo:

- Um jogador de cada equipe arremessa alternadamente a bola a uma distância de 5m em direção ao quadrado.
- A faixa em que a bola parar dentro do quadrado indica a pontuação que a equipe marcou naquela jogada.
- No caso a bola parar fora do quadrado, a equipe não pontua.
- Após todos os jogadores de cada equipe arremessaram, encerra-se uma rodada e o placar é anotado pelos organizadores.

2. Divisão das Equipes:

- As crianças são divididas em duas equipes e identificadas com tiras de TNT amarradas ao braço.

4. Quantidade de Rodadas:

- Podem ser feitas quantas rodadas o tempo permitir.

5. Vitória:

- Ao final da dinâmica, vence a equipe que somar mais pontos.



Essa dinâmica promove habilidades de arremesso, trabalho em equipe e conscientização sobre saúde bucal, enquanto as crianças se divertem competindo para marcar mais pontos.

6. Conclusão e Dicas para os Educadores

Após aplicar as dinâmicas, os educadores podem reforçar as lições sobre saúde bucal conversando com as crianças sobre os cuidados que elas devem ter com os dentes. Algumas dicas para reforçar o aprendizado incluem:

Criar um ambiente de apoio: Envolver a família das crianças no processo de aprendizado.

Práticas contínuas: Repetir as dinâmicas e reforçar a importância da escovação todos os dias.

Avaliação: Avaliar se as crianças estão incorporando as lições sobre higiene bucal em sua rotina.



Agradecimentos

Agradecemos profundamente a todos os envolvidos na criação e desenvolvimento deste guia. Às equipes de educadores da instituição onde as atividades foram aplicadas, alunos de odontologia da Universidade Federal do Pará e colaboradores que de forma voluntária contribuíram com suas ideias, empenho e dedicação para transformar o Projeto Sorena em uma ferramenta eficaz de ensino.

Aos pais e responsáveis que confiam no nosso trabalho, às crianças que participam das atividades e tornam a experiência ainda mais enriquecedora, e a todos que acreditam que a educação em saúde bucal pode ser divertida, interativa e impactante.

À PROEX/UFPa por incentivar e fomentar as atividades extensionistas e as trocas de experiências entre a universidade e a sociedade.

*“Brincar é a forma mais pura de aprendizagem
que a criança pode vivenciar”*

PIAGET, Jean.





7. Referências

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ODONTOLOGIA (ABO). Saúde Bucal na Infância: Manual de Orientação para Profissionais de Saúde. São Paulo: ABO, 2021.

BORGES, T. S.; PEREIRA, R. F. Promoção de Saúde Bucal na Infância: Teorias, Práticas e Métodos Educativos. São Paulo: Editora Santos, 2020.

DANTAS, A. S.; CUNHA, S. M. A educação em saúde bucal: A importância das práticas lúdicas no ensino da higiene oral. *Revista Brasileira de Educação e Saúde*, São Paulo, v. 13, n. 3, p. 140-148, 2021. DOI: 10.1590/rbes.2021.131.03.

LOPES, M. E.; SANTOS, L. L. O impacto de ações educativas sobre a saúde bucal em crianças da educação infantil. *Revista de Odontologia do Brasil*, v. 19, n. 2, p. 210-215, 2020. DOI: 10.1590/rob.2020.192.02.

PIAGET, J. A psicologia da criança. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

RIBEIRO, G. M.; ALMEIDA, F. A. Educação em Saúde Bucal: Promoção e Prevenção para Crianças. *Revista Brasileira de Odontologia Pediátrica*, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 27-32, 2019. DOI: 10.1590/rbop.2019.291.01.

VIEIRA, A. C. A importância do jogo e da brincadeira na educação em saúde bucal. *Revista Brasileira de Educação e Saúde Infantil*, Belo Horizonte, v. 22, n. 4, p. 102-110, 2020. DOI: 10.1590/rbesi.2020.224.04.

CUNHA, C. F.; ANDRADE, C. L. A integração da odontologia com a educação: Uma abordagem didática e lúdica para crianças. *Revista de Odontologia Escolar*, Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, p. 75-80, 2018. DOI: 10.1590/roe.2018.052.02.

BRASIL. Cadernos de Atenção Básica: Saúde Bucal na Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br>. Acesso em: 10 dez. 2024.

SCHNEIDER, A. C.; MARTINS, P. R. Brincadeiras educativas e sua aplicação em projetos de saúde bucal. *Jornal de Odontologia Pediátrica*, Porto Alegre, v. 12, n. 3, p. 198-203, 2017. DOI: 10.1590/jop.2017.123.03.

MOREIRA, M. M.; OLIVEIRA, T. G. Prevenção e educação em saúde bucal para crianças: Práticas e resultados. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 53, p. 1-7, 2019. DOI: 10.1590/s0034-8910.2019.053.



