

# PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE: DIÁLOGO SOBRE SAÚDE BUCAL DA MULHER EM UM GRUPO DE ATIVIDADE FÍSICA

PRACTICES OF POPULAR EDUCATIONS IN HEALTH: DIALOGUE ON WOMEN'S  
BUCAL HEALTH IN A PHYSICAL ACTIVITY GROUP

LEONARDO RAPHAEL DE CARVALHO REIS<sup>1\*</sup>, LAURA MARIA VIEIRA BEZERRA DO VALE<sup>2</sup>,  
ARILENE MARIA DA SILVA SANTOS<sup>3</sup>, REYJANNE BARROS DE CARVALHO<sup>4</sup>, MICHELLE VICENTE  
TORRES<sup>5</sup>

1. Cirurgião-dentista, pós-graduando no programa de residência multiprofissional em saúde da família e comunidade pela Universidade Estadual do Piauí – UESPI; 2. Profissional de educação física, pós-graduanda no programa de residência multiprofissional em saúde da família e comunidade pela Universidade Estadual do Piauí – UESPI; 3. Fisioterapeuta, pós-graduanda no programa de residência multiprofissional em saúde da família e Comunidade pela Universidade Estadual do Piauí – UESPI; 4. Mestre em Ciências e Saúde, Preceptora no programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Universidade Estadual do Piauí- UESPI; 5. Fisioterapeuta, mestre em Saúde Pública, especialista em docência na Saúde., docente no curso de fisioterapia e tutora de campo no programa de residência multiprofissional em saúde da família e comunidade pela Universidade Estadual do Piauí – UESPI.

\*Rua Olavo Bilac, 2335, Centro (Sul), Teresina, Piauí, Brasil. CEP: 64001-280: [leonardo.rc@hotmail.com](mailto:leonardo.rc@hotmail.com)

Recebido em 09/06/2019. Aceito para publicação em 12/08/2019

## RESUMO

Este estudo objetivou relatar a experiência de profissionais residentes da Universidade Estadual do Piauí, vinculados à Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade das categorias de odontologia, fisioterapia e educação física junto ao grupo de atividade física inserido no contexto de uma equipe de saúde da família da cidade de Teresina/PI. Trata-se de um relato de experiência de abordagem descritiva, com a finalidade de discutir por meio da educação popular em saúde, as manifestações bucais durante as fases da vida feminina. Em relação à ação desenvolvida, percebeu-se que a adesão ao trabalho foi facilitada pela modalidade grupal e uma forma coletiva de promover a saúde geral. No que tange à saúde bucal, as mudanças de níveis hormonais nos diferentes momentos da vida tornam a mulher um grupo com necessidades bucais especiais. Além disso, as atividades corporais que são desenvolvidas em coletividade contribuem para um melhor bem-estar e uma melhora da autoimagem, sugerindo ainda, a melhora do humor e do afeto.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde bucal, educação em saúde, atividade física, residência multiprofissional em saúde.

## ABSTRACT

This study aimed to report the experience of resident professionals of the State University of Piauí, linked to the Multiprofessional Residency in Family and Community Health of the categories of dentistry, physiotherapy and physical education in the group of physical activity inserted in the context of a family health team of the city of Teresina / PI. This is an account of experience of a descriptive approach, with the objective of discussing through oral health education the oral manifestations during the phases of the female life. In relation to the action developed, it was observed that adherence to work was facilitated by the group

modality and a collective way of promoting general health. With regard to oral health, changes in hormonal levels at different times of life make women a group with special oral needs. In addition, the body activities that are developed in community contribute to a better well-being and an improvement of the self-image, suggesting also, the improvement of the humor and the affection.

**KEYWORDS:** Oral health, health education, physical activity, multiprofessional health residency.

## 1. INTRODUÇÃO

O trabalho multiprofissional possibilita uma visão diferenciada e ampliada para necessidades de saúde da população de determinados territórios e estimula a promoção da saúde por meio da organização de estratégias de cuidado em diferentes ambientes, seja nos centros de saúde da família, grupos de práticas corporais, grupos de socialização de idosos, pactos intersetoriais, entre outros<sup>1</sup>.

A Residência Multiprofissional em Saúde da Família e comunidade (RMSFC) da Universidade Estadual do Piauí emerge no contexto de implementação e fortalecimento da Política Nacional de Educação Permanente para o SUS, configurando-se como processo de formação de profissionais para o Sistema Único de Saúde<sup>2</sup>.

Dentro desse contexto, a educação popular desenvolve-se a partir dos saberes prévios dos educandos e firma-se como estratégia de educação em saúde em múltiplos espaços. Por meio dessa forma de aplicar e buscar o saber, os conhecimentos são construídos pelas pessoas de acordo com as experiências traçadas durante os percursos de vida e são essenciais para superação de situações adversas. Faculta-se através dela a possibilidade de refinamento

do senso crítico, bem como a de modificação da realidade em que o sujeito está envolvido<sup>3</sup>.

Considerando a educação popular em saúde como um dispositivo que busca articular princípios e diretrizes defendidos pelo SUS, abrangendo universalidade, integralidade, equidade, descentralização, participação e controle social, este estudo objetivou relatar a experiência de profissionais residentes da Universidade Estadual do Piauí, vinculados à Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade das categorias de odontologia, fisioterapia e educação física junto ao grupo de atividade física inserido no contexto de uma equipe de saúde da família da cidade de Teresina/PI.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência de abordagem descritiva, com o objetivo de discutir por meio da educação popular em saúde, as manifestações bucais durante as fases da vida da mulher, desenvolvida com usuárias participantes de um grupo de atividade física de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) em Teresina, Piauí.

A ação ocorreu no mês de abril do ano de 2019 no polo da academia da saúde da UBS e contou com a presença de parte dos residentes em um dos dois territórios de atuação da VI Turma de RMSFC de categorias distintas (educação física, fisioterapia e odontologia) e dezesseis usuárias integrantes do grupo de atividade física nesse espaço de saúde. Para a oficina foram planejados quatro momentos: a atividade de acolhida das participantes, o desenvolvimento da ação com a discussão temática, a atividade física propriamente dita e a finalização do momento coletivo.

O primeiro passo, conduzido pela residente e profissional de educação física foi a organização das participantes no recinto e preparação do público-alvo para receber o conteúdo por meio de uma dinâmica acolhedora. Conforme as participantes iam chegando, era pedido para que cada uma pegasse uma cadeira ou colchonete e os dispusessem a fim de formar uma roda.

Em seguida, deu-se início à dinâmica intitulada “Amor e Vida”. A profissional residente responsável por essa etapa foi a narradora. Pediu-se que as participantes formassem pares, de modo que cada uma ficasse frente à frente. Uma delas seria, simbolicamente a representação do amor e a outra a vida. A dupla devia ficar atenta e cada uma, a seu tempo, deveria realizar as orientações da condutora dessa etapa. O objetivo da dinâmica foi possibilitar a interação, a descontração, bem como o estreitamento dos laços de amizade do grupo.

O segundo passo foi a discussão temática sobre a saúde bucal da mulher nas diferentes fases da vida. Conduzido pelo profissional dentista residente, o início da atividade contou com a divisão aleatória das participantes em três diferentes grupos que comporiam os diferentes ciclos: menstruação, gravidez e menopausa. Os materiais utilizados nessa etapa foram: pincel atômico de múltiplas cores, papel madeira,

figuras impressas em papel A4 e kit de higiene oral.

Após a formação dos grupos, cada um destes teria à disposição um cartaz com uma gravura da respectiva fase e uma pergunta norteadora para induzir a discussão na roda de conversa. O objetivo foi materializar no papel palavras ou frases de possíveis manifestações bucais ocorridas nessas etapas da vida, mitos ou curiosidades que permeavam o imaginário dessas participantes. As perguntas disparadoras para os grupos foram: 1. *Menstruação: com relação à saúde bucal durante essa fase, o que você lembra/sabe?*; 2. *Gravidez: que alterações na sua boca foram percebidas durante essa fase?*; 3. *Menopausa: Que dúvidas relacionadas à sua saúde bucal surgiram e permeiam ainda hoje?/o que você sabe?*. A proposta dos questionamentos foi mensurar o saber prévio e o nível de compreensão temática das participantes, e então, avançar na reflexão sobre a saúde bucal nos diferentes ciclos da vida da mulher. A etapa completa, juntamente com a discussão temática durou aproximadamente 40(quarenta) minutos.

Na sequência, a fisioterapeuta residente desenvolveu a atividade de pilates com o público-alvo, técnica de treinamento do corpo que realiza o trabalho muscular em baixa velocidade através de exercícios realizados em solo, por meio de princípios que procuram desenvolver a constituição física de maneira uniforme. A atividade durou cerca de 30 (trinta) minutos.

O último momento da ação, conduzido pelos três residentes presentes, possibilitou a finalização em roda através do abraço coletivo dos envolvidos e oportunizou o momento de fala e percepções acerca da ação desenvolvida.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Por meio da dinâmica inicial, percebe-se que o acolhimento é indispensável em qualquer atividade uma vez que amplia as trocas de informações, conhecimentos e aprendizado recíproco, origina a formação de vínculo, estreita os laços de convivência, produz práticas de saúde, otimiza o processo de trabalho e consequentemente promove saúde<sup>4</sup>.

Na segunda etapa, por meio das escritas, frases e palavras-chaves nos cartazes dos diferentes grupos, buscou-se a intensificação da participação popular, bem como de uma consciência capaz de reverter o quadro de saúde dos envolvidos e estimular a promoção de saúde. As participantes possuindo um saber prévio adquiridos em toda sua história de vida, sua prática cultural e social, trouxeram “falas” que serviram como ponto de partida para a construção coletiva dos conhecimentos. A educação torna-se um processo de busca e aquisição de aprendizado através das ações e reflexões humanas e por meio da problematização das experiências e situações vivenciadas, constitui-se como uma fonte do processo educativo.

No grupo 1 (menstruação), foi possível perceber exemplos das seguintes frases: “*sentia a boca seca*”, “*bebia bastante água*”, “*gingiva era muito*

*inflamada*". No grupo 2 (gravidez), as participantes relataram por escrito: "*dor*", "*cárie*", "*lábios grossos e ressecados*", "*caíram três obturações*". Já no grupo 3 (menopausa), surgiram as dúvidas: "*perda de cálcio nesse período é verdade?*", "*é normal a friabilidade?*".

Sobre a menstruação, os trabalhos literários destacam que os hormônios esteroidais possuem amplo efeito sobre o periodonto (tecidos envolvidos na fixação do dente ao osso) e estão mais perceptíveis em certos estágios de vida da mulher, principalmente no período de ciclo menstrual no qual há um aumento expressivo dos hormônios sexuais. As oscilações hormonais femininas, mais evidentes durante esse ciclo, podem acometer a saúde periodontal e por conseguinte inflamação gengival e alteração de determinadas substâncias no fluido gengival<sup>5</sup>.

Já durante a gravidez, muitas mães tornam-se mais propensas à cárie já que possuem dificuldade em manter a higiene bucal, em decorrência de náuseas e ao desejo de alimentos com alto teor de açúcar, aumentando o número de microorganismos na cavidade oral, bem como as alterações gengivais que acometem a maioria das mulheres gestantes<sup>6,7</sup>. As doenças periodontais possuem íntima relação com o nascimento de bebês de baixo peso e partos prematuros, além disso a gravidez pode ser um fator determinante para o desenvolvimento da doença periodontal<sup>8,9,10</sup>.

A fase do climatério feminino é a que mais pode trazer alterações bucais nas mulheres e é compreendida como o período de transição entre a fase reprodutiva e a não reprodutiva, tendo início em média aos 35 anos e término aos 65 anos. Mudanças hormonais presentes geram danos à saúde oral, interferindo na dinâmica, fisiologia, metabolismo e estética bucal<sup>11,12,13</sup>. A queda da produção dos hormônios femininos é um importante fator epidemiológico, e está envolvido no surgimento de cáries, proveniente do fato de que a baixa queda do estrógeno leva à perda de inserção dentária e/ou retração gengival, provocando exposição radicular do dente e propiciando condições que irão favorecer o desenvolvimento da cárie a nível radicular<sup>14</sup>.

A Educação Popular em Saúde é entendida como um artifício particular de reconhecer e enfrentar os problemas de saúde através do diálogo com as classes populares, o respeito às diferenças e suas culturas, o (re)conhecimento dos seus saberes como válidos e tendo como essência o subsídio teórico da Educação Popular, concebida por Paulo Freire no Brasil<sup>15</sup>.

A EPS busca, além da formação de uma consciência sanitária que tem potencial de reverter a saúde da população, a ampliação da participação popular, contribuindo para a promoção da saúde. A partir dela, o educando já possui um saber preliminar, traçado em sua história de vida, sua prática social e cultural, que lhe serve de ponto de partida para a construção e aquisição de novos conhecimentos<sup>16</sup>.

A terceira etapa da atividade trouxe como atividade o Pilates. O método Pilates, por meio de um sistema de exercícios e com certos princípios básicos, possibilita o desenvolvimento e trabalho corporal melhorando a

postura, respiração, além de promover alongamento dinâmico e fortalecimento corporal, sendo indicado como prática corporal para a população idosa. Diversos estudos apontam as vantagens do método Pilates, à exemplo: estímulo a circulação sanguínea, melhora da flexibilidade e da força, do condicionamento físico e do alinhamento postural. Os benefícios também estariam relacionados à melhora dos níveis de consciência corporal e coordenação motora<sup>17</sup>.

Para a finalização da ação, reservou-se por meio do abraço coletivo e da perspectiva de roda um momento para o diálogo, no qual as participantes eram estimuladas a expressarem-se sobre como se sentiam durante a ação, onde foi possível sugerir ideias e/ou temas para as atividades seguintes que contribuíssem para a promoção de saúde do grupo, de maneira que o mesmo ficasse cada vez mais moldado de acordo com as necessidades dos usuários<sup>18</sup>.

#### 4. CONCLUSÃO

Em relação à ação desenvolvida percebeu-se que a adesão ao trabalho foi facilitada pela modalidade grupal e uma forma coletiva de promover a saúde geral. No que tange à saúde bucal das mulheres, as mudanças de níveis hormonais que ocorreram e continuam a ocorrer nos diferentes momentos da vida (puberdade-menstruação, gravidez e menopausa) tornam a mulher um indivíduo com necessidades bucais especiais.

No que tange à educação popular em saúde, é entendida atualmente como um instrumento de reorientação das práticas de saúde. Não é vista somente como uma nova metodologia na área, pois o que o movimento defende é um olhar mais ampliado para as práticas de saúde e o vínculo estabelecido entre profissionais e comunidade, e que estas relações possibilitem novos canais de comunicação e de construção compartilhada do conhecimento, sempre tendo como essência a autonomia e a construção de processos sociais libertadores.

Além disso, as atividades corporais que são desenvolvidas no grupo de atividade física contribuem para um melhor bem-estar e uma melhora da autoimagem, sugerindo ainda, a melhora do humor e do afeto. Com ênfase no Pilates, foi possível observar e constatar por meio de relatos, os benefícios físicos e motores do método solo nas idosas participantes, incluindo maior flexibilidade e melhor capacidade respiratória.

Ainda dentro desse contexto, a equipe multiprofissional tem que estar capacitada a interagir com outros profissionais por meio da troca de saberes e permitir que aspectos da saúde bucal e física sejam objetos de práticas de todos os protagonistas responsáveis no desenvolvimento das ações de saúde. Ademais, o trabalho multiprofissional e interdisciplinar é uma ferramenta para transformação do processo de trabalho em sintonia com a integralidade preconizada.

## REFERÊNCIAS

- [1] Linhares AS, Silva ALF. Caracterização do grupo de práticas corporais na Atenção Primária à Saúde em Sobral – Ceará. 2014; 13(1):56-63.
- [2] Oliveira JFM, *et al.* Educação Permanente em Saúde como estratégia balizadora do processo de formação em saúde: a experiência da Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade da UESPI. 2017; 10(4):171-186.
- [3] Vasconcelos EM. Educação popular: de uma prática alternativa a uma estratégia de gestão participativa das Políticas de Saúde. *Physis* (Rio J.) 2004; 14:67-83.
- [4] Pereira AV. O acolhimento em grupo com pessoas soropositivas: a visão de profissionais de saúde. *Rev APS.* 2009; 12(1):4-15;
- [5] Becerick S. Effects of menstrual cycle on periodontal health and gingival crevicular fluid markers. *J. Periodontol.* 2010; 673-681.
- [6] Thylstrup A, Fejerskov O. *Cariologia Clínica.* 2ª ed. São Paulo: Santos; 1995.
- [7] Scavuzzi AIF, Rocha MCBS, Vianna MIP. Estudo da prevalência de doença periodontal em gestantes brasileiras residentes em Salvador – BA. *ROBRAC: Rev Odontol Brasil Central.* 1999; 8(25):40-5.
- [8] Silva SR. Atendimento à gestante: 9 meses de espera? *Rev Assoc Paul Cir Dent.* 2002; 56: 89-99.
- [9] Yeo BK, Lim LP, Paquette DW, Williams RC. Periodontal disease - the emergence of a risk for systemic conditions: pre-term low birth weight. *Ann Acad Med Singapore.* 2005; 34(1):111-6.
- [10] Díaz-Guzmán LM, Castellanos-Suárez JL. Lesions of the oral mucosa and periodontal disease behavior in pregnant patients. *Med Oral Patol Oral Cir Bucal.* 2004; 9:430-7
- [11] Pirolo E. O Climatério e o Impacto sobre a Saúde Bucal. *Cultura Homeopática* 2004, 3(6):12.
- [12] Lopes FF, Loureiro FH, Pereira Ade F, Pereira AL, Alves CM. Association between osteoporosis and periodontal disease. *Rev Bras Ginecol Obstet* 2008, 30 (8):379-83.
- [13] Jabbar S, Drury J, Fordham J, Datta HK, Francis RM, Tuck SP. Plasma vitamin D and cytokines in periodontal disease and postmenopausal osteoporosis. *J Periodontal Res* 2011, 46(1):97-104.
- [14] Spezzia S, Júnior RC. Climatério, doenças periodontais e cáries radiculares. *Braz J Periodontol.* 2013; 23(3):39-45.
- [15] Garbin CAS, Sumida DH, Santos RR, Chehoud KA, Moimaz SAS. Saúde coletiva: promoção de saúde bucal na gravidez. *Rev Odontol UNESP.* 2011; 40(4):161-5.
- [16] Bornstein VJ. O agente comunitário de saúde na mediação de saberes [tese]. Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca: Rio de Janeiro (RJ). 2007.
- [17] Engers, P, Rombaldi, A, Portella, E, Silva M. The effects of the Pilates method in the elderly: a systematic review. *Revista Brasileira de Reumatologia.* 2016; 56(4):352-365.
- [18] Sacco ICN. Método pilates em revista: aspectos biomecânicos de movimentos específicos para reestruturação postural – Estudos de caso. *R. Bras. Ci. e Mov.* 2005;13(4):65-78.