

A IMPORTÂNCIA DO AUTOCUIDADO NA SAÚDE BUCAL

THE IMPORTANCE OF THE SELF- CARE IN BUCCAL HEALTH

Ana Beatriz Freixinho,
Benedita Nunes de Aroucha,
Leila Chevitarese,
Maria de Fatima Venceslau Nardino

RESUMO

A baixa oportunidade de opções oferecidas à comunidade de Jardim Gramacho, para que a mesma possa almejar melhoras é refletida diretamente no comodismo por parte da população e conseqüentemente no baixo valor dado ao autocuidado na saúde bucal. O objetivo deste trabalho é discutir o autocuidado com base na vivência durante as Disciplinas de Estágio Supervisionado do Curso de Odontologia da UNIGRANRIO. O autocuidado deve ser estimulado pelos profissionais de saúde, para que cada indivíduo se reconheça como cidadão, elevando a autoestima dos mesmos, para que estes tomem rédiás de suas vidas e obtenham autonomia no processo de atenção a sua saúde.

Palavras-chave: Autocuidado; cuidado humanizado; saúde bucal

ABSTRACT

As a consequence of the few opportunities that are offered to the community of Jardim Gramacho in order to make it long for improving itself we can observe that its population is not willing to change their habits and that low value is given to taking care of oneself in terms of buccal health. The aim of this paper is to discuss the act of taking care of oneself based on the working experience acquired while studying the disciplines of the Supervised Training of the Odontology Course at UNIGRANRIO. Taking care of oneself must be stimulated by health professionals so that each individual may recognize himself as a citizen, being able to rise one's self-esteem in order to assume the responsibility for his own life and get autonomy in the process of attention to one's health.

Key words: Self-care; humanized care; buccal health

INTRODUÇÃO

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional permitiu a criação do Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde - Pró-Saúde, através da

parceria entre o Ministério da Saúde, Secretaria de Educação Superior e o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) do Ministério da Educação. Tal programa propicia a formação profissional mais ajustada às perspectivas da atenção básica, visando à saúde.

A saúde é construída pelo cuidado de cada um consigo mesmo, pela capacidade de tomar decisões e de ter controle na própria vida, conforme a carta de Ottawa (1986), a qual destaca a importância da promoção de saúde e a influência dos aspectos sociais sob a saúde da população.

Com o lema “saúde direito de todos e dever do estado”, presente na Constituição Brasileira (1988), amplia-se o conceito de saúde de um campo biológico para o político e histórico da construção dos direitos, passando esta a fazer parte da cidadania do indivíduo (BOSI, 1994).

Neste contexto, encontra-se a humanização do profissional de saúde, o qual interpreta uma pessoa que adoece e precisa de cuidados não apenas como um conjunto de órgãos ou membros acometidos por um problema, mas sim, como um ser biopsicossocial, destacando-se a sensibilidade em perceber o outro, tocar, olhar e saber sentir, facilitando o cuidar e proporcionando bem-estar à pessoa cuidada (LIMA, 2007).

O autocuidado pode ser definido como a atenção e a ação que se exerce sobre si mesmo para preservar e cultivar uma boa qualidade de vida de maneira responsável, autônoma e livre em escolher ferramentas para sua realização.

OBJETIVO

Discutir o autocuidado com base na vivência durante as Disciplinas de Estágio Supervisionado do Curso de Odontologia da UNIGRANRIO.

DISCUSSÃO

A baixa oportunidade de opções oferecidas à comunidade de Jardim Gramacho, para que a mesma possa almejar melhoras parece se refletir em atitude comodista por parte de seus moradores, concordando com Kerstenetzky (2002), quando diz que a desigualdade social é o preditor das chances de “sucesso” de um indivíduo dentro da sociedade, podendo esta desigualdade resultar em conformismo, desespero e suicídio social. E, também, com Caprara e Rodrigues (2004) que relatam que a falta de perspectivas gera a desmotivação e o desvalor dado ao autocuidado na saúde bucal, fato que evidencia a importância do profissional de saúde na motivação e qualidade de vida do paciente, já que o mesmo influencia diretamente no estado de saúde deste.

Assim, o profissional de saúde necessita de sensibilidade para conhecer a realidade do paciente, ouvir suas queixas e encontrar, junto a ele, estratégias que

facilitem sua qualidade de vida (CAPRARA E RODRIGUES, 2004). Sendo assim, o conhecimento dos problemas existentes relacionados à saúde da população, tais como, condição socioeconômica, necessidades e carências, torna-se essencial para o vínculo entre profissional e paciente, segundo Hoga (2004).

Na disciplina de Estágio Supervisionado I, nós acadêmicos, temos a oportunidade de ouvir o que as pessoas têm a nos dizer e conhecer a realidade da comunidade, realizando levantamento epidemiológico através da ficha A, SIAB(Sistema de Informação da Atenção Básica) e outra específica sobre exames bucais e extrabucais; em seguida, no Estágio Supervisionado II, por meio de dados obtidos no trabalho anterior, propusemos estratégias de enfrentamento junto à comunidade, para solucionar e/ou amenizar os problemas encontrados e concluímos as ações no Estágio III, em que criamos o planejamento das ações e as executamos. Esta metodologia de ensino nos capacita como profissionais com sensibilidade, conforme descrito acima.

Este fato é proporcionado pelo Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde (Pró-Saúde), o qual prega a formação de uma nova etapa na formação dos perfis do profissional em saúde, em que esta é mais ajustada às perspectivas da atenção básica.

Conforme a primeira Conferência Nacional de Saúde Bucal, esta é definida como parte integrante e inseparável da saúde geral do indivíduo, deste modo a ausência de doença bucal permite o bem estar contribuindo para saúde geral. Desta forma, Narvai e Antunes (2003) afirmam que a expressão “saúde bucal” assume, de modo geral, um conjunto de condições, objetivas (biológicas) e subjetivas (psicológicas), permitindo a mastigação, deglutição, fonação e estética, favorecendo a autoestima e o relacionamento social sem constrangimento. Daí a importância de aproximar a odontologia da comunidade por meio da aproximação dos acadêmicos com a mesma, dotando-lhes do conhecimento de como alcançar as necessidades dos moradores e fazê-los pensar em maneiras de resolvê-las.

Os acadêmicos ao passarem pelos Estágios Supervisionados, através dos levantamentos realizados das necessidades da comunidade, promovem ações em que são incluídos: o ambiente doméstico e familiar, a alimentação, a saúde geral e bucal. Enfocam a importância da manutenção dos dentes íntegros para mastigação, deglutição, fonação e estética, e ausência da doença periodontal, como fatores que contribuem para a saúde geral e relacionamento social.

No entanto, a falta do autocuidado em relação à higiene bucal, o baixo valor dado aos dentes e o alto índice de edêntulos ainda são condições encontradas na comunidade de Jardim Gramacho, concordando com alguns autores quando sugerem uma relação entre mutilação dentária e condição socioeconômica. Embora as extrações dentárias sejam aceitas como solução prática e econômica, já que os problemas bucais acumulados tornam-se cada vez mais complexos e dispendiosos

(NARVAI e ANTUNES, 2003), sua ocorrência está mais presente em comunidades carentes, como a de Jardim Gramacho.

O autocuidado implica saúde, a qual é um direito do indivíduo como cidadão, estando registrado na constituição Brasileira (1988). Desta forma devemos ressaltar que a ação de promoção de saúde realizada pelo profissional não pode ser encarada como um favor ou uma gentileza pela população, mas sim como obrigação! Cabe a nós fazermos a nossa parte, afinal, fomos nós quem optamos por cuidar de pessoas.

Com isto notamos a importância da participação do curso de Odontologia na comunidade de Jardim Gramacho, não só pelos trabalhos realizados, mas, também, como um método de aprendizagem.

CONCLUSÃO

O autocuidado deve ser estimulado pelos profissionais de saúde, para que cada indivíduo se reconheça como cidadão, elevando a autoestima dos mesmos, para que estes tomem rédeas de suas vidas e obtenham autonomia no processo de atenção a sua saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1 - BOSI, Maria Lúcia M. Cidadania, participação popular e saúde na visão dos profissionais do setor: Um estudo de caso na rede pública de serviços. Cad. Saúde Públ., Rio de Janeiro, v. 10, n. 4, p. 446-456, out/dez, 1994.

2 - CAPRARA, Andrea; RODRIGUES, Josiane. A relação assimétrica médico - paciente repensando o vínculo terapêutico. Revista ciência & saúde coletiva, v. 9, n. 1, p. 139-146, 2004.

3- Carta de Ottawa, 1986. Disponível em: <<http://www.opas.org.br/promocao/uploadArq/Ottawa.pdf>>. Acesso em: 16 junho 2010.

4 - [CONSTITUIÇÃO DA REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL DE 1988](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/constitui%C3%A7ao_compilado.htm). Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/constitui%C3%A7ao_compilado.htm>. Acesso em: 16 de junho 2010.

- 5 - HOGA, Luiza Akiko Komura. A dimensão subjetiva do profissional na humanização da assistência à saúde: uma reflexão. Rev Esc Enferm USP, V. 38, n. 1, p. 13-20, 2004.
- 6 - KERSTENETZKY, Célia Lessa. Por que se importar com a desigualdade. Revista de ciências sociais, Rio de Janeiro, v. 45, n. 4, p. 649-675, 2002.
- 7 – LIMA, Juliana de Oliveira Roque et al. Aprendendo o cuidado humanizado: A perspectiva do graduando de enfermagem. Cienc Cuid Saúde, v. 6, n.1, p. 11-20, jan/mar, 2007.
- 8 - MANUAL DO SISTEMA DE INFORMAÇÃO DE ATENÇÃO BÁSICA. Disponível em: <<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/ManualSIAB2000.pdf>>. Acesso em: 16 junho 2010.
- 9 - Ministério da saúde e da educação. Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde - Pró-Saúde. Brasília - DF 2005. Disponível em: <http://www.abem-educmed.org.br/pro_saude/publicacao_pro-saude.pdf>. Acesso em: 16 junho 2010.
- 10 - NARVAI, Paulo Capel; ANTUNES, José Leopoldo Ferreira. Saúde bucal: A autopercepção da mutilação e das incapacidades. SABE, 1º edição, p. 121-139, 2003.