

A INFLUÊNCIA DA DIETA NA SAÚDE BUCAL NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19

THE INFLUENCE OF DIET ON ORAL HEALTH IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC

LA INFLUENCIA DE LA DIETA EN LA SALUD BUCAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DE COVID-19

Lívia Rodrigues Pereira Gildo

Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza, Ceará – Brasil
0000-0001-5488-5244

Roberta Nayara Freire Rocha

Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza, Ceará – Brasil
0000-0003-1615-7347

Larisse Bezerra Silva

Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza, Ceará – Brasil
0000-0001-5902-2675

RESUMO

Descrever a experiência de residentes da ênfase de Saúde da Família e Comunidade no contexto de pandemia de COVID-19. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, que aborda a visão de residentes de Odontologia e Nutrição em uma Unidade de Atenção Primária à Saúde em Quixadá-CE, no período que abrange março de 2021 a março de 2022. Nas consultas realizadas pelas residentes, foi observado que houve um aumento considerável do consumo alimentar durante o período pandêmico, principalmente de carboidratos simples, que podem causar aumento de peso, maior incidência de cáries dentárias e gerar prejuízos para a saúde bucal e geral dos indivíduos. Diante da experiência adquirida nos atendimentos realizados, pôde-se perceber a importância de um atendimento multidisciplinar, a fim de proporcionar uma atenção integral ao paciente, tendo como principal ferramenta a educação em saúde, uma importante estratégia na prevenção de doenças.

Descritores: *Saúde Bucal; Atenção Primária à Saúde; Dieta; COVID-19.*

ABSTRACT

To describe the experience of residents of the Family and Community Health emphasis in the context of the COVID-19 pandemic. This is a descriptive study of the experience report type, which addresses the view of Dentistry and Nutrition residents in a Primary Health Care Unit in Quixadá-CE, between March 2021 to March 2022. In consultations carried out by residents, it was observed that there was a considerable increase in food consumption during the pandemic period, mainly of simple carbohydrates, which can cause weight gain, a higher incidence of dental caries, and generate damage to the oral and general health of individuals. Given the experience acquired in the care provided, it was possible to perceive the importance of multidisciplinary care to provide comprehensive care to the patient. Having health education as its main tool is an important strategy in disease prevention.

Descriptors: *Oral Health; Primary Health Care; Diet; COVID-19.*

RESUMEN

Describir la experiencia de los residentes del énfasis de Salud Familiar y Comunitaria en el contexto de la pandemia por COVID-19. Se trata de un estudio descriptivo, del tipo relato de experiencia, que aborda la mirada de residentes de Odontología y Nutrición en una Unidad de Atención Primaria de Salud de Quixadá-CE, de marzo de 2021 a marzo de 2022. En las consultas realizadas se observó un aumento considerable del consumo de alimentos durante la pandemia, en especial de carboidratos simples, que pueden provocar aumento de peso, mayor incidencia de caries dental y daños en la salud bucal y general de los individuos. Ante la experiencia adquirida en la atención brindada, se pudo percibir la importancia de la atención multidisciplinaria, para brindar una atención integral al paciente. Teniendo como principal herramienta la educación para la salud, una estrategia importante en la prevención de enfermedades.

Descritores: *Salud Bucal; Atención Primaria de Salud; Dieta; COVID-19.*

INTRODUÇÃO

No final do ano de 2019, foram identificados os primeiros casos de um novo tipo de coronavírus na cidade de Wuhan, na China, denominado SARS-CoV-2. Tratava-se de um vírus que causa a doença denominada COVID-19, gerando uma síndrome respiratória aguda grave. Diante de um rápido surto da doença, que gerou diversos casos no mundo, em 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) caracterizou a situação como pandemia, que consiste em surtos existentes em diversos países e regiões do mundo¹.

A partir de então, foram adotadas medidas de controle da doença, como o isolamento social, o que ocasionou no fechamento de escolas, cancelamento de eventos e, conseqüentemente, a suspensão dos atendimentos eletivos nas Unidades de Atenção Primária à Saúde (UAPS), permanecendo apenas os serviços de urgência. Tais fatores contribuíram para que a população descuidasse da prevenção de outros problemas, resultando na instalação ou agravamento de doenças crônicas².

A Atenção Primária à Saúde é fundamental no acesso da população aos serviços de prevenção, porém, com as medidas de distanciamento social impostas para combater a pandemia, foi preciso adequar os atendimentos a essa nova realidade. Portanto, foram inseridas as teleconsultas no cotidiano e incluídos diversos Equipamentos de Proteção Individual (EPI) nos protocolos de biossegurança, gerando uma maior segurança nesse período de incertezas³. Enquanto isso, a população teve que permanecer mais tempo em seus domicílios, uma vez que medidas rigorosas de distanciamento social foram aplicadas.

A alimentação possui um papel importante para o crescimento e desenvolvimento do ser humano, pois auxilia na prevenção de diversas doenças, como diabetes, hipertensão e até mesmo a cárie dentária, visto que uma dieta adequada, com todos os nutrientes necessários, está relacionada com a formação de uma dentição saudável. Além disso, possui grande influência na criação de hábitos saudáveis que irão contribuir na saúde ao longo da vida⁴. A educação em saúde é uma forma de estimular a população a buscar mudanças comportamentais em relação a sua forma de se cuidar, visto que gera o conhecimento entre os usuários do serviço⁵.

O objetivo deste relato foi descrever nossa experiência adquirida como residentes na Atenção Primária à Saúde no período de pandemia de COVID-19 no município de Quixadá-CE.

MÉTODOS

O presente trabalho trata-se de um estudo descritivo, em formato de relato de experiência, a fim de descrever a atuação de três residentes da ênfase de Saúde da Família e Comunidade, das áreas de Odontologia e Nutrição, em uma Unidade de Atenção Primária à Saúde, no município de Quixadá-CE. A experiência descrita neste relato de experiência compreende a vivenciada nos atendimentos realizados no período de março de 2021 a março de 2022, período este que coincide com o contexto de pandemia de COVID-19.

Os atendimentos realizados envolveram pessoas de ambos os sexos e de diversas idades que buscaram atendimento na Unidade de Atenção Primária à Saúde, denominada UAPS Centro, localizada no Centro de Quixadá, Ceará. Vale ressaltar que os atendimentos seguiram todas as normas de biossegurança adequadas à situação, utilizando os EPIs recomendados pelas autoridades competentes.

Para a construção deste relato de experiência, foram realizados os registros dos atendimentos nutricionais e odontológicos na unidade de saúde já citada. Nas consultas, as profissionais residentes registraram as informações necessárias dos atendimentos em formato de diário de campo. O período das consultas compreende o intervalo de tempo entre março de 2021 a março de 2022. As informações obtidas pelas profissionais residentes durante as consultas foram cruzadas para a obtenção de informações sobre os possíveis impactos que a nutrição tenha causado na saúde bucal, e vice-versa, dos pacientes.

Como base teórica, foi realizada uma busca de artigos nas bases de dados *Google Scholar* e *PubMed*, dos últimos 3 anos (2020 a 2022), período no qual corresponde ao período de pandemia. Na busca foram utilizados os descritores Saúde Bucal, Atenção Primária à Saúde, Dieta e COVID-19, ambos cadastrados na página Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), sendo selecionados os que tinham maior relação com a temática abordada.

RESULTADOS

Durante o ano de 2021 ocorreram poucas consultas, devido aos diversos decretos municipais que entravam em vigor naquela época, como medida para conter o avanço da COVID-19. O nosso ingresso na residência, em março de 2021, coincidiu com o Decreto Municipal nº 14/2021⁶, que determinava o isolamento social rígido em Quixadá. Apenas em meados de junho do mesmo ano, as consultas foram se normalizando, desta forma, notou-se o aumento do número de atendimentos.

Nas consultas realizadas pelas residentes, principalmente após o período de *lockdown* (fase mais severa da pandemia), foi relatado pelos pacientes que houve um aumento no consumo alimentar associado às variações emocionais, com maior ingestão de alimentos fontes de carboidratos simples, como sanduíches, massas, frituras, refrigerantes, entre outros. Esses hábitos foram motivados muitas vezes pela publicidade e maior exposição aos itens calóricos de fácil acesso e consumo. Relataram ainda que a adaptação ao trabalho em *home office* gerou uma mudança na rotina, impondo dificuldades em separar o tempo de trabalho do tempo das atividades cotidianas e, por isso, tornava-se mais cômodo e prático comprar alimentos prontos, além de ser uma forma de driblar o estresse pelo trabalho e pela situação de insegurança da pandemia.

Tal comportamento, somado à falta de convívio social, à diminuição na prática de esportes e de atividades físicas demonstra que esses maus hábitos adquiridos durante o período de isolamento social podem gerar modificações no perfil nutricional da população nos próximos anos, como carência de nutrientes, alterações no peso, na saúde bucal e maior incidência de doenças crônicas que impactarão na qualidade de vida das pessoas.

O contexto de isolamento social acarretou em mudanças na rotina de crianças, adolescentes, adultos e idosos, aumentou a incidência de estresse, ansiedade e preocupação com o estado de saúde em geral, impactou diretamente no hábito e consumo alimentar dos indivíduos e refletiu também na qualidade da alimentação, com o aumento na ingestão de alimentos mais palatáveis, ricos em gorduras, açúcares e sal, que, além de mais calóricos, podem levar a ganho de peso, tem baixa qualidade nutricional pela deficiência de vitaminas e minerais, e alterações na saúde bucal, como maior incidência de cáries dentárias⁷.

DISCUSSÃO

Diante do atual cenário estabelecido pela pandemia de COVID-19, novas realidades e mudanças tiveram que ser incluídas na rotina diária de muitas pessoas. Essas mudanças ocasionaram diversos efeitos negativos referentes aos cuidados em saúde e, conseqüentemente, também afetaram as habilidades sociais. Portanto, torna-se indispensável incluir esse assunto como pauta importante a ser discutida sobre a influência da dieta na saúde bucal no contexto de pandemia.

A rotina das crianças, por exemplo, quando houve a suspensão repentina das aulas presenciais, desencadeou diversos fatores estimuladores de maus hábitos alimentares, o que levou à desregulação nutricional. Atrelado a esses quesitos, a dificuldade financeira vivida por muitas famílias pode ter desencadeado esses hábitos, pois após o isolamento social decretado, a economia sofreu sérias conseqüências, o que levou muitos chefes de família a perderem seus empregos e se verem diante de uma nova realidade. Assim como também os fatores psicossociais possam estar fortemente associados, como o desenvolvimento de ansiedade, ausência de atividades físicas, a diminuição do convívio social, desregulação dos horários alimentares e acesso frequente a alimentos processados. Todos esses fatores levaram a um preocupante aumento nas taxas de obesidade nos últimos anos como revelou⁸.

As conseqüências na adoção de maus hábitos alimentares, como o frequente consumo de alimentos industrializados e com alto teor de açúcar, associado à pouca frequência de escovação dentária, pode levar a perdas prematuras de dentes. Observa-se também que mesmo os indivíduos que apresentaram poder aquisitivo favorável mantinham higiene bucal e práticas alimentares insatisfatórias. O período relativo ao isolamento social foi capaz de induzir uma queda nos hábitos de higiene oral e, conseqüentemente, promover um ambiente propício ao surgimento de cáries dentárias⁹.

Em contrapartida, a literatura também aponta que, após o *lockdown*, a procura por cremes dentais contendo flúor, enxaguantes bucais e fios dentais aumentou, assim como também houve aumento significativo na procura por atendimentos odontológicos. A introdução de uma alimentação pobre em nutrientes desencadeia fatores negativos no

desenvolvimento infantil, refletindo assim até a sua vida adulta. Um exemplo seria a má-formação do esmalte dos dentes, o que gera uma maior susceptibilidade para casos de erosão dentária e surgimento de cáries. A prática de realizar orientações simples e promoção de saúde é importante para integrar hábitos alimentares saudáveis e promover melhores cuidados com a higiene bucal. A realização dessas campanhas de cuidado pode minimizar os impactos negativos da pandemia¹⁰.

O uso inovador da tecnologia pode ser um ótimo aliado para a realização de estratégias de promoção de saúde, visto que a grande parte da população atualmente possui acesso aos meios de comunicações virtuais. Além do mais, foi observado melhor desempenho de participação dos usuários nesses ambientes⁵.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os impactos advindos da pandemia por COVID-19 fizeram emergir uma preocupação, já existente, relacionada à saúde bucal, que devido às dificuldades de comunicação e de acesso à informação, em conjunto com as mudanças comportamentais, têm intensificado problemáticas pré-existentes sobre essa temática.

A importância da interação de especialidades distintas como, por exemplo, a atuação do Nutricionista em conjunto com o Cirurgião-Dentista da saúde da família, visa proporcionar melhorias no processo de cuidado dos pacientes, potencializando os resultados e buscando a consolidação dos mesmos. Ressalta-se, portanto, a necessidade de novos relatos de experiência que colaborem com resultados mais expressivos no que tange a esse novo contexto pandêmico.

Informações Editoriais

Autor Correspondente

Lívia Rodrigues Pereira Gildo
liviagildo@hotmail.com

Submetido 20/03/2022
Aceito 10/05/2022

REFERÊNCIAS

1. Organização Pan-Americana da Saúde. Histórico da pandemia de COVID-19 [citado em 2022 Mar 18 mar]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>.
2. Lucena EHG, Freire AR, Freire DEWG, Araújo ECF, Lira GNW, Brito ACM, et al. Acesso em saúde bucal na atenção básica antes e após o início da pandemia de COVID-19 no Brasil. *Pesqui Bras Odontopediatria Clin Integr*. 2020;20. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.819.
3. Castro MP de P. Possibilidades de cuidados de saúde bucal em época de pandemia por Coronavírus. *Cadernos ESP [online]*. 2020 [citado 2022 Mar 19];14(1):163-66. Disponível em: <https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/388>.
4. Ryba EJ da S, Santos JRS dos, Oliveira Favretto C. Impactos dos hábitos alimentares na saúde bucal da criança: revisão de literatura. *Rev SAÚDE Multidiscip*. 2021;10(2):34-41. DOI: 10.53740/rsm.v10i2.243.
5. Boas A de MV, Porto ECL. Educação em saúde bucal em tempos de pandemia. *Rev Diálogos Ciência [Internet]*. 2021;1(42):58-64. Disponível em: <https://periodicos.unifc.edu.br/index.php/dialogoseciencia/article/view/33>.
6. Quixadá. Decreto Municipal nº 14/2021, de 13 de março de 2021. Decreta isolamento social rígido no município de Quixadá em atendimento ao Decreto Estadual Nº 33.980, de 12 de março de 2021 e dá outras providências. 2021 mar 13.
7. Santos AC da S, Santos EM, Bussadori SK, Imperato JCP, Rezende KM. Alimentação na pandemia - como esta questão afetou a saúde bucal infantil - revisão narrativa da literatura. *Res Soc Dev*. 2021;10(12):e461101220679. DOI: 10.33448/rsd-v10i12.20679.
8. Ataey A, Jafarvand E, Adham D, Moradi-Asl E. The relationship between obesity, overweight, and the human development index in world health organization eastern mediterranean region countries. *J Prev Med Public Heal*. 2020;53(2):98-105. DOI: 10.3961/jpmph.19.100.
9. Brondani B, Knorst JK, Tomazoni F, Cósta MD, Vargas AW, Noronha TG, et al. Effect of the COVID-19 pandemic on behavioural and psychosocial factors related to oral health in adolescents: A cohort study. *Int J Paediatr Dent*. 2021;31(4):539-46. DOI: 10.1111/ipd.12784.
10. Li Z, Li Y, Liu C, Jiang H, Zhang C, Du M. An Online Cross-Sectional Survey on Oral Healthcare Among School-Age Children During COVID-19 Epidemic in Wuhan, China. *Front Med*. 2021;8:572217. DOI: 10.3389/fmed.2021.572217.