



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS VIII
CENTRO DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA E SAÚDE
DEPARTAMENTO DE ODONTOLOGIA**

CAROLINE BELISIO LEITE DE MELO

PRODUÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO SOBRE CUIDADOS APÓS EXODONTIAS SIMPLES COM BASE EM BOAS PRÁTICAS DE LETRAMENTO EM SAÚDE BUCAL

**ARARUNA
2024**

CAROLINE BELISIO LEITE DE MELO

PRODUÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO SOBRE CUIDADOS APÓS EXODONTIAS SIMPLES COM BASE EM BOAS PRÁTICAS DE LETRAMENTO EM SAÚDE BUCAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Odontologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Cirurgiã-Dentista.

Área de concentração: Saúde Coletiva.

Orientador: Prof. Dr. Érick Tássio Barbosa Neves

**ARARUNA
2024**

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

MS28d Melo, Caroline Belisio Leite de.
Desenvolvimento de material educativo sobre cuidados após exodontias simples com base em boas práticas de letramento em saúde [manuscrito] / Caroline Belisio Leite de Melo. - 2024.
26 p. : il. colorido.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Odontologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências, Tecnologia e Saúde, 2024.
"Orientação : Prof. Dr. Erick Tássio Barbosa Neves , Coordenação do Curso de Odontologia - CCTS."
1. Saúde bucal. 2. Cirurgia bucal. 3. Odontologia. I. Título
21. ed. CDD 617.601

CAROLINE BELISIO LEITE DE MELO

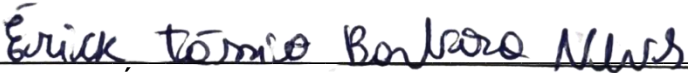
PRODUÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO SOBRE CUIDADOS APÓS EXODONTIAS SIMPLES COM BASE EM BOAS PRÁTICAS DE LETRAMENTO EM SAÚDE BUCAL

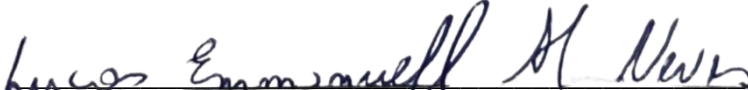
Trabalho de Conclusão de Curso apresentada a Coordenação do Curso de Odontologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Cirurgiã-dentista.

Área de concentração: Saúde Coletiva.

Aprovada em: 19 / 06 / 2024.

BANCA EXAMINADORA


Prof. Dr. Erick Tássio Barbosa Neves (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Lucas Emmanuelli De Moraes Neves
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Profa. Me. Helene Soares Moura
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

A Deus, pela vida e salvação, DEDICO.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Folder de instruções e cuidados após extração dentária..... 18

LISTA DE TABELAS

- Tabela 1** – Critérios estabelecidos para formulação de materiais educativos segundo o Índice Brasileiro Modificado de Comunicação Clara (BR-CDC-CCI). 11
- Tabela 2** – Descrição dos achados da pesquisa na literatura..... 12

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BR-CDC-CCI	Índice Brasileiro de Comunicação Clara
CCI	Índice de Comunicação Clara
CDC	Centro de Controle e Prevenção de Doenças
IBGE	Índice Brasileiro de Geografia e Estatística
OMS	Organização Mundial da Saúde
SIABI	Sistema Integrado de Automação de Bibliotecas
UEPB	Universidade Estadual da Paraíba

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	10
2	METODOLOGIA	11
3	RESULTADOS.....	12
4	DISCUSSÃO	18
5	CONCLUSÃO	20
	REFERÊNCIAS.....	21

PRODUÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO SOBRE CUIDADOS APÓS EXODONTIAS SIMPLES COM BASE EM BOAS PRÁTICAS DE LETRAMENTO EM SAÚDE BUCAL

PRODUCTION OF EDUCATIONAL MATERIAL ON CARE AFTER SIMPLE EXDONTICS BASED ON GOOD ORAL HEALTH LITERACY PRACTICES

Caroline Belisio Leite de Melo¹
Érick Tássio Barbosa Neves²

RESUMO

O letramento em saúde é um determinante social e estrutural de saúde que indica a capacidade de interpretar, processar e utilizar informações de saúde na prática. No contexto odontológico, o letramento em saúde bucal é indispensável para prevenção de doenças e para potencializar o sucesso dos tratamentos odontológicos. O objetivo desse estudo foi elaborar um material educativo sobre cuidados pós-cirúrgicos em pacientes submetidos a exodontias simples, com base em boas práticas de letramento em saúde. Trata-se de um estudo com abordagem baseada na metodologia da pesquisa convergente assistencial e utilizou a ferramenta de Comunicação Clara (CCI) validada no Brasil (BR-CDC-CCI) para avaliar a construção do folheto proposto. Além disso, a análise de conteúdo foi realizada por especialista com expertise na área de cirurgia e traumatologia bucomaxilofacial e a análise do atendimento aos critérios do BR-CDC-CCI foi feita por dois examinadores previamente treinados ($Kappa > 0.70$). Após criteriosa avaliação da literatura nas bases PubMed, Scopus, Scielo e Google Scholar, foram incluídos 13 estudos para orientar a formulação de conteúdo do folheto, com base na resposta à pergunta orientadora desse estudo: quais os cuidados pós-operatórios após exodontias? A análise de conteúdo da literatura demonstrou que os cuidados pós-operatórios após cirurgias odontológicas são fundamentais para o controle da hemostasia, cicatrização eficaz e redução do risco de infecções. Por outro lado, alguns estudos foram direcionados de outros tipos de cirurgia devido à escassez de pesquisas específicas sobre exodontias simples com recomendações pós-operatórias detalhadas. Tal achado não impacta na produção do material, dado que os princípios preventivos nos diferentes tipos de cirurgia são predominantemente semelhantes. Em relação à aplicação do BR-CDC-CCI no material educativo formulado, foi percebida após a formulação do folheto, a necessidade de alterações quanto à linguagem técnica do material e adequação de imagens, aumentando sua pontuação que estava em torno de 70 pontos para 90 pontos, o que está de acordo com o que é considerado como adequado para os autores do instrumento utilizado. Desse modo é possível concluir que o material educativo produzido alcançou uma pontuação considerada adequada para a sua aplicação no cenário prático de atividades de educação em saúde, podendo ter seu efeito a longo prazo avaliado em intervenções futuras.

Palavras-Chave: saúde bucal; cirurgia bucal; odontologia.

ABSTRACT

Health literacy is a social and structural determinant of health that denotes the ability to interpret, process, and utilize health information in practice. In the dental context, oral health literacy is crucial for disease prevention and enhancing the success of dental treatments. This study aimed to develop educational material on post-surgical care for patients undergoing simple extractions, based on good health literacy practices. The research employed a convergent care research methodology and utilized the Clear Communication Index (CCI), validated in Brazil (BR-CDC-CCI), to assess the construction of the proposed brochure. Additionally, content analysis was conducted by an expert in oral surgery and maxillofacial trauma, while compliance with BR-CDC-CCI criteria was evaluated by two pre-trained examiners (Kappa > 0.70). Thirteen studies were included following a thorough literature review of PubMed, Scopus, Scielo, and Google Scholar to guide the brochure content formulation, addressing the study's guiding question: what are the post-operative care recommendations following extractions? Literature content analysis revealed that post-operative care is critical in dental surgeries for hemostasis control, effective healing, and infection risk reduction. Despite some studies focused on other types of surgery due to the scarcity of specific research on simple extractions with detailed postoperative recommendations. This finding does not impact the material's production, as the preventive principles in different types of surgery are predominantly similar. Regarding the application of BR-CDC-CCI in the educational material, adjustments were made post-brochure formulation to simplify technical language and enhance image appropriateness, increasing its score from around 70 to 90 points, aligning with authors' criteria for adequacy. Thus, the educational material produced achieved a score suitable for practical application in health education activities, with potential long-term effects to be evaluated in future interventions.

Keywords: oral health; oral surgery; dentistry

¹ Graduanda pelo Curso de Odontologia da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), caroline.melo@aluno.uepb.edu.br

² Prof. Dr. Professor de Cirurgia, Curso de Odontologia, Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), erick.neves@servidor.uepb.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Em 2019, no Brasil, a população com 15 anos ou mais de idade que não sabia ler nem escrever somava 11 milhões de pessoas, representando uma taxa de analfabetismo de 6,6% (IBGE, 2020). Somado a isso, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a habilidade de leitura e escrita de uma pessoa impacta diretamente na sua competência em entender questões de saúde, além de ser um indicador significativo de sua renda, empregabilidade e nível educacional. (WHO, 2013). Sendo assim, os fatores sociais, econômicos, culturais, ambientais e biológicos desempenham um papel fundamental na determinação da saúde do indivíduo (Lins, et al., 2020).

O letramento em saúde é caracterizado pela compreensão, motivação e habilidade das pessoas em acessar, compreender, avaliar e aplicar informações de saúde, sensibilizando-as a tomar decisões diárias sobre cuidados, prevenção de doenças e promoção da saúde, com o objetivo de preservar ou aprimorar a qualidade de vida (Marques, et al., 2017). Além disso, as recentes definições procuram ressaltar o uso ativo da informação, indo além do simples entendimento das pessoas sobre elas, e priorizando a capacidade de tomar decisões informadas em vez de simplesmente "adequadas" (Ribas; De Araújo, 2021).

O letramento em saúde é reconhecido como um determinante social e estrutural de saúde, destacando a necessidade de investimentos tanto no setor público quanto no privado para promover sua consolidação (Marinho, et al., 2022). Embora educação e saúde sejam frequentemente discutidas separadamente, há uma clara interdependência entre esses dois direitos fundamentais do cidadão. O letramento em saúde está intimamente ligado à promoção da saúde e à prevenção de doenças. Prejuízos na área da educação podem influenciar no uso inadequado dos serviços de saúde, resultando em consequências negativas para a saúde da população (Ribas; De Araújo, 2021).

A saúde bucal é uma parte essencial do bem-estar geral, e seu impacto vai além da simples função mastigatória, influenciando a saúde física, mental e social dos indivíduos. Além disso, o letramento em saúde bucal pode diferir do letramento em saúde geral influenciando independentemente os resultados de saúde bucal. Nesse sentido, o conceito de letramento em saúde bucal é relativamente recente e abraça uma abordagem crítica, visando reduzir as disparidades nos níveis de saúde bucal, especialmente entre aqueles em maior risco de doenças ou problemas bucais (Martins, et al., 2015).

O letramento em saúde bucal desempenha um papel crucial na prevenção de doenças bucais, promoção da saúde bucal e no sucesso dos tratamentos odontológicos (Martins, et al., 2015). Nesse contexto, a exodontia ou extração dentária é um dos procedimentos cirúrgicos mais comuns na odontologia, e suas complicações pós-operatórias podem incluir edema, inflamação, sangramento, alveolite ou infecção, afetando o processo de cicatrização. Assim, os cuidados no pós-cirúrgico odontológico emergem como uma área de especial importância, pois influenciam diretamente na recuperação do paciente e no sucesso dos procedimentos realizados (Shenoi, et al., 2021).

O emprego de um programa que integre diversas técnicas educativas demonstra ser eficaz na promoção do letramento em saúde bucal dos pacientes, contribuindo para a prevenção e a tomada de decisões apropriadas em relação à saúde bucal. Com o intuito de atingir esse objetivo, pesquisadores do Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) desenvolveram o Índice de Comunicação Clara (CCI), nos

Estados Unidos. Esse índice foi adaptado e validado para uso no Brasil (BR-CDC-CCI), permitindo a elaboração de um instrumento que guia a criação de novos materiais educativos e a avaliação de materiais pré-existentes para utilização em ações de educação em saúde (Marinho, et al., 2022).

Dessa forma, o objetivo deste estudo foi desenvolver um material educativo destinado a pacientes submetidos a procedimentos cirúrgicos odontológicos, de acordo com os critérios estabelecidos pelo BR-CDC-CCI, considerando a importância do letramento em saúde bucal e a necessidade de orientação específica para o período pós-cirúrgico odontológico. Esse material visa promover a compreensão dos cuidados necessários no pós-operatório, melhorar os resultados dos tratamentos e contribuir para o aumento do letramento em saúde bucal, sensibilizando os pacientes a adotarem práticas adequadas de higiene bucal e autocuidado, contribuindo assim para a prevenção de complicações e a promoção de uma melhor saúde bucal.

2 METODOLOGIA

O presente estudo consistiu na construção de um material escrito de educação em saúde com base em um instrumento validado. Trata-se de um estudo com abordagem baseada na metodologia da pesquisa convergente assistencial e visa fortalecer a promoção de saúde em Odontologia com base em princípios de boas práticas de letramento em saúde. A proposta deste trabalho consistiu em descrever a elaboração de um material educativo em Odontologia em etapas, na área de cirurgia oral menor, em conformidade com os critérios estabelecidos pela versão validada do Índice Brasileiro Modificado de Comunicação Clara (BR-CDC-CCI) (Tabela 1).

Todas as informações foram cuidadosamente revisadas e adaptadas para garantir a precisão, relevância e adequação teórico-conceitual na promoção da educação em saúde bucal. Para construção teórica do material educativo, foi realizada uma pesquisa e levantamento de dados secundários em bases de dados como PubMed, Scopus, Scielo e Google Scholar garantindo a precisão e a atualização das informações fornecidas, com base na responsividade dos trabalhos à seguinte questão norteadora: quais os cuidados pós-operatórios após exodontias simples? As ilustrações utilizadas no material foram obtidas em bases de dados digitais de livre uso, sem direitos autorais.

Tabela 1: critérios estabelecidos para formulação de materiais educativos segundo o Índice Brasileiro Modificado de Comunicação Clara (BR-CDC-CCI)

Índice CDC	Questões a considerar
Parte A (mensagem principal e chamada para ação)	O início do texto deve enfatizar a ideia principal de maneira simples e objetiva, apoiada por elementos visuais e usando uma linguagem próxima e acessível ao público-alvo. Também é essencial incorporar chamadas para ação específicas para os leitores. Recomenda-se a utilização de listas em vez de parágrafos extensos, e a linguagem deve ser clara e familiar para o público-alvo.
Parte B (recomendações)	O conteúdo precisa oferecer orientações sobre hábitos saudáveis e ressaltar sua relevância.

Parte C (números)	As informações devem ser respaldadas por dados numéricos, eliminando a necessidade de cálculos por parte do público. Os números devem ser apresentados de maneira acessível e direta, tornando a compreensão mais fácil para o público em geral.
Parte D (riscos)	O material deve enfatizar o risco do problema por meio de dados numéricos, oferecendo uma explicação clara para o público sobre sua natureza e os potenciais benefícios ou riscos associados à adesão ou não às recomendações fornecidas. É sugerido o uso de recursos visuais, como imagens, para complementar e ilustrar os números apresentados.

Fonte: Centers for Disease Control and Prevention. Disponível em: <https://www.cdc.gov/ccindex/index.html>

Após a primeira fase de elaboração do material educativo, foi realizada uma avaliação por dois pesquisadores com expertise na área de cirurgia oral e na temática do letramento em saúde com o objetivo de avaliar o atendimento aos critérios estabelecidos pelo instrumento CDC, além de aspectos como uma adequada apresentação estética do material, sua viabilidade para atender ao público leigo adulto que utiliza serviços públicos odontológicos e a pertinência do conteúdo com base nas evidências científicas e clínicas disponíveis na área. Em seguida, as discordâncias entre os pesquisadores foram discutidas e na ausência de consenso foi solicitado o parecer de um terceiro especialista, permitindo dessa forma a construção do material e a apresentação de sua versão final.

3 RESULTADOS

A busca por artigos resultou em 18 artigos. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, 13 artigos foram incluídos nesta pesquisa, compondo a amostra final do estudo. Destes, 04 relatos de caso, 05 ensaios clínicos randomizados, 01 estudo do tipo transversal, 02 ensaios clínicos e 01 estudo observacional transversal. Nos artigos, foram relatados diferentes tipos de cirurgias: 02 estudos sobre cirurgias para inserção de implantes dentários, 05 para exodontias de terceiro molar, 05 para exodontias simples e 01 para cirurgia periodontal (Tabela 2). A inclusão de estudos que abordaram outros tipos de cirurgia deveu-se à escassez de pesquisas específicas sobre exodontias simples com recomendações pós-operatórias detalhadas. Essa limitação não impactou a formulação final do material pois cuidados pós-operatórios são, em sua maioria, semelhantes.

Tabela 2: Descrição dos achados da pesquisa na literatura.

Título	Autores	Ano	Temática abordada	Recomendações de cuidados pós-operatórios
Avaliação da atividade analgésica do laser de baixa intensidade após exodontias sim-	Silva	2017	O estudo avaliou a eficácia do laser de baixa intensidade no controle da dor pós-operatória em pacien-	Morder uma compressa de gaze por 30 minutos, seguir uma dieta líquido-pastosa nas primeiras 24 horas, evitar alimentos

ples: estudo clínico cego, randomizado e prospectivo			tes submetidos a extrações dentárias simples.	quentes, aplicar compressas frias nas primeiras 12 horas e descansar.
Alveolar Osteitis: Patient's Compliance with Post-extraction Instructions Following Permanent Teeth Extraction.	Alsaleh, <i>et al.</i>	2018	O estudo teve como propósito examinar a conformidade dos pacientes com as instruções pós-extração para prevenir a osteíte alveolar e preservar a saúde do alvéolo.	Morder a gaze por 20 minutos até o sangramento parar. Engulir a saliva, mesmo que esteja manchada com sangue. Evitar fumar por pelo menos três dias e não consumir bebidas ou alimentos quentes no primeiro dia. Evitar alimentos duros por pelo menos um dia e consumir apenas alimentos frios e macios durante esse período. Não fazer enxágues vigorosos por pelo menos um dia. Além dessas orientações, os pacientes receberam um documento com instruções detalhadas por escrito.
Enxerto autólogo Bone Ring e colocação concomitante de implante osseointegrável em região estética – relato de caso	Agostinho, <i>et al.</i>	2018	Uso da técnica cirúrgica "Bone Ring", usada para aumentar verticalmente o rebordo alveolar e melhorar a estética e função da prótese dentária, relatando um caso clínico onde essa técnica foi aplicada com sucesso após complicações com implantes dentários.	Evitar esforço físico, aplicar compressas de gelo durante as primeiras 24 horas e optar por alimentos pastosos e frios para se alimentar.
Relações entre instruções e comportamentos de autocuidado de pacientes submetidos à exodontia do terceiro molar	Zerbetto; Faleiros; De Moraes.	2018	O estudo analisa os comportamentos de autocuidado de pacientes após a extração do terceiro molar. Identifica três padrões de comportamento: aqueles que seguem todas as orientações do dentista, aqueles	Consumir alimentos líquidos, pastosos, frios e gelados (como leite, vitaminas, sucos, sorvetes, etc.) nos primeiros três dias; evitar fumar e fazer esforço físico nos primeiros 10 dias; escovar os den-

			que modificam o autocuidado ao longo da recuperação e aqueles que inicialmente não seguem as orientações, mas passam a segui-las posteriormente.	tes e a língua normalmente, com cuidado na região operada, sem cuspir nos primeiros dois dias; fazer bochechos duas vezes ao dia, 20 minutos após as escovações, com jejum de duas horas após cada bochecho, a partir do segundo dia; aplicar compressas de gelo na face nos primeiros dois dias e compressas com água morna a partir do quarto dia, com intervalos de 5 minutos; evitar falar excessivamente, dormir com a cabeça elevada e descansar nos primeiros dias; em caso de sangramento, aplicar gaze umedecida em água gelada na região operada por 1 hora e manter repouso.
Remoção de Terceiro Molar Superior Localizado no Interior do Seio Maxilar: Relato de Caso	Neto, <i>et al.</i>	2021	O texto aborda as complicações da remoção cirúrgica dos terceiros molares impactados, especialmente o deslocamento desses dentes para o seio maxilar, exigindo precisão e experiência do cirurgião bucomaxilofacial para evitar complicações maiores.	Consumir alimentos líquidos ou pastosos frios ou gelados nos primeiros 7 dias; aplicar compressas geladas na face nos primeiros 3 dias; evitar atividade física intensa; dormir com a cabeça elevada; abrir bem a boca ao espirrar e escovar os dentes normalmente.
Índice de sucesso de exodontias realizadas com extrator minimamente traumático	Xavier, <i>et al.</i>	2021	O estudo avalia a eficácia da extração minimamente traumática na remoção de raízes residuais de dentes unirradiculares, visando reduzir o tempo	Evitar atividade física e consumir alimentos pastosos e gelados nos três primeiros dias após a cirurgia, juntamente com orientações sobre higiene bucal.

			cirúrgico e proporcionar uma recuperação mais rápida e confortável para o paciente.	
Efeitos da Terapia com Laser de Baixa Potência na Cicatrização Óssea de Implantes Imediatos: Um estudo piloto de um ensaio clínico randomizado	Souza, et al.	2022	O estudo piloto avaliou a eficácia do laser de baixa intensidade na cicatrização óssea de implantes imediatos, buscando também reduzir o desconforto pós-operatório.	Colocar bolsas de gelo sobre a região cirúrgica nas primeiras 48 horas, seguido por compressas mornas após esse período enquanto houver inchaço; consumir alimentos ou bebidas frias nas primeiras 24 horas e consistências líquidas ou pastosas na primeira semana; evitar exposição prolongada ao sol; e evitar atividade física nos primeiros três dias.
Tratamento Periodontal Integrado: Relato De Caso.	De Freitas Moredson.	2022	O estudo aborda a importância do aumento de coroa clínica para estabilidade protética e periodontal.	Após a cirurgia, é recomendado adotar uma dieta líquida e pastosa, preferencialmente fria ou gelada nos primeiros três dias. Evitar alimentos com farelos, grãos ou sementes. É importante também descansar por três dias, evitando esforço físico e exposição solar. Manter uma boa higiene bucal, realizando a limpeza após cada refeição. Durante o período pós-operatório, é fundamental abster-se de fumar ou consumir bebidas alcoólicas. Evitar o uso de canudos e cuspir em excess. Aplicar compressas de gelo na região operada por 20 minutos a cada hora durante os primeiros três

				dias. Em caso de sangramento, pressionar o local operado com uma gaze umedecida em água gelada por 30 minutos para comprimir o sangramento.
Effectiveness of Phone Call Follow-Ups in Improving Patient Compliance to Post-extraction Instructions: A Cross-Sectional Study.	Ramalingam, <i>et al.</i>	2022	O objetivo do estudo foi avaliar a eficácia do acompanhamento telefônico comparado às instruções convencionais pós-extração, tanto verbais quanto escritas, em termos de adesão do paciente.	Prepare um enxaguatório com água quente e sal, faça bochechos suaves quatro vezes ao dia por quatro dias após a extração. Deixe formar um coágulo na cavidade e evite tocá-lo. Descarte a gaze após 20 minutos. É normal haver saliva com sangue. Se o sangramento persistir por mais de uma hora, aplique leve pressão com um pano limpo por 10 minutos e contate o dentista se durar mais de oito horas. Consuma alimentos macios por 48 horas, mantendo-os no lado oposto da extração. Complete o tratamento prescrito, mesmo que se sinta melhor.
Implementação do protocolo clínico de laserterapia de baixa intensidade após exodontia de terceiros molares inferiores inclusos e semi-inclusos.	Belloti Neto	2022	O estudo visa avaliar a eficácia da laserterapia no controle da dor, inchaço, limitação de abertura da boca e outras complicações após extrações dos terceiros molares.	Consumir alimentos líquidos ou pastosos frios por 2 dias, seguido por uma transição para uma dieta mais branda até voltar à dieta normal em 7 dias. Aplicar compressas de gelo na região operada por 2 dias. Manter a cabeça elevada ao dormir por 2 dias e evitar cuspir durante o período pós-operatório de 7 dias.

Ação preventiva do dexame-tasona em edema pós-ci-rúrgico de ter-ceiros molares: estudo piloto.	Silva, <i>et al.</i>	2023	O estudo avalia o uso preventivo de dexa-metasona para controlar o edema após cirurgias de terceiros molares, concluindo sua eficácia, mas destacando a necessidade de mais pesquisas.	Morder a gaze por 30 minutos, seguir uma dieta líquido-pastosa durante as primeiras 24 horas, evitar alimentos quentes, aplicar compressa fria nas primeiras 12 horas, descansar e tomar a medicação prescrita
As diferenças das Soluções Irrigadoras em Osteotomia em Exodontia de Terceiros Molares: Ensaio clínico randomizado	Cavalcante, <i>et al.</i>	2023	O estudo investiga a eficácia de diferentes soluções irrigadoras para minimizar dor, inchaço e restrição de abertura da boca após cirurgias orais, visando tornar os pós-operatórios mais confortáveis.	Aplicar gelo localmente nas primeiras 48 horas; usar compressas mornas após 48 horas enquanto houver inchaço; consumir alimentos ou bebidas frios nas primeiras 24 horas e em consistências líquidas ou pastosas na primeira semana; evitar esforço físico nos primeiros três dias.
Reabilitação oral em paciente com síndrome da combinação: relato de caso clínico.	Rodrigues; Dos Anjos; Conceição.	2023	O relato aborda o caso clínico de uma paciente diagnosticada com Síndrome da Combinação, uma condição oral caracterizada por deficiência óssea e outras características clínicas no sistema estomatognático. O estudo descreve um plano de tratamento reabilitador, destacando a importância do diagnóstico preciso para atender às necessidades do paciente.	Elevar a cabeça a um ângulo de 45°, evitar exposição ao sol, consumir alimentos frios e líquidos, progredindo gradualmente para pastosos, semi-sólidos e sólidos; aplicar compressas frias a cada 30 minutos durante as primeiras 48 horas; evitar esforços físicos na primeira semana para promover uma cicatrização adequada; não realizar bochechos ou cuspir nas primeiras 48 horas após o procedimento e evitar tocar na ferida cirúrgica.

Fonte: Elaborada pela autora, (2024)

Após a elaboração do instrumento, ele foi avaliado por dois examinadores treinados para sua aplicação ($Kappa > 0.7$). Durante essa avaliação, foi percebida a ne-

cessidade de mudanças na apresentação do conteúdo, como adaptações de terminologias técnicas para termos mais populares e adequação das imagens. Com essas mudanças, o instrumento, que inicialmente pontuava um escore de 70 pontos, de acordo com os critérios do índice BR-CDC-CCI, passou a pontuar 90 pontos, demonstrando uma significativa melhoria e estar dentro do recomendado pelo instrumento aplicado. Além disso, um terceiro avaliador, especialista na área de cirurgia e traumatologia bucomaxilofacial, foi responsável pela validação de conteúdo, avaliando a precisão e a relevância das informações contidas no instrumento (Figura 1).

Figura 1: Folder de instruções e cuidados após extração dentária

Instruções e cuidados
Após extração dentária

Siga as recomendações abaixo para uma recuperação rápida e sem complicações! Elas ajudam a diminuir a dor e evitar infecções!

- Mantenha a gaze por 30 minutos.
- Repouse por 2 a 3 dias.
- Ao deitar, eleve a cabeça.

• Use corretamente os medicamentos receitados.

• Coma alimentos líquidos/pastosos e frios por 3 dias e evite alimentos quentes.

Higiene bucal

- Escove os dentes e a língua normalmente, com cuidado na região operada.
- Após 2 dias, além da higiene bucal, realize bochechos suaves com água 2x ao dia.

Compressa

Nos primeiros 2 dias, use compressas geladas.

Após 2 dias, se houver inchaço, aplique compressas mornas.

Atenção

De acordo com um estudo realizado em 2018, 1 em cada 14 pacientes podem ter algum tipo de **complicação** após a cirurgia! Então, siga corretamente as recomendações! É **possível** que haja um leve sangramento por mais de 1 dia. Se o sangramento for intenso, reaplique uma gaze levemente umedecida com água ou soro fisiológico diretamente sobre a área da extração por cerca de 1 hora.

Em caso de **dor, febre ou sangramento intenso**, ligue ou vá até o seu dentista!

Fonte: Elaborada pela autora, (2024)

4 DISCUSSÃO

Os achados do estudo revelam que certas práticas pós-operatórias são fundamentais para o controle da hemostasia, cicatrização eficaz e redução do risco de infecções. Essas práticas incluem métodos específicos de manejo do local operado e instruções detalhadas de cuidados domiciliares que, quando seguidas rigorosamente, contribuem significativamente para uma recuperação mais rápida e segura. A implementação dessas orientações de maneira clara e objetiva minimiza complicações comuns, contribuindo para que os pacientes experimentem menos desconforto e tenham melhores resultados a longo prazo após exodontias (Alsaleh *et al.*, 2018).

Diversos estudos têm explorado a aplicação de gelo no pós-operatório de cirurgias orais. Alguns sugerem o uso de compressas de gelo no período pós-cirúrgico por um tempo que varia entre 12 e 72 horas, dependendo do grau de dificuldade da cirurgia (Agostinho *et al.*, 2018; Silva, 2017; Zerbeto, Faleiros, De Moraes, 2018; Neto *et*

al, 2021; Beloti Neto, 2022; Silva *et al*, 2023; Rodrigues, Dos Anjos, Conceição, 2023). Por outro lado, dois estudos recomendaram o uso de compressas frias nas primeiras 48 horas, seguido de compressas mornas enquanto persistir o edema (Souza *et al*, 2022; Cavalcante *et al*, 2023). Esses achados destacam a importância do gelo como parte do manejo pós-operatório, pela provável vasoconstrição que auxilia no controle do edema e da dor (Fernandes; Armond; Falci, 2019).

Em contrapartida, em um estudo recente, foi relatado que há um pequeno benefício na diminuição da dor, mas não no edema com o uso da crioterapia, após a extração dos terceiros molares. No entanto, a falta de uniformidade nos estudos, especialmente no que diz respeito ao método de aplicação das compressas geladas, dificulta a formulação de um protocolo claro (Do Nascimento-Junior *et al.*, 2019). Por outro lado, outro estudo mostrou que há uma redução na dor, na limitação da abertura da boca (trismo), no edema e uma maior satisfação dos pacientes. No entanto, a pesquisa adverte que os resultados devem ser interpretados com cautela devido à grande variação metodológica na literatura (Larsen; Kofod; Starch-Jensen, 2019).

Nesta pesquisa, diversos estudos destacam a importância de hábitos para a manutenção da hemostasia no interior do alvéolo. Recomenda-se manter a gaze por 20 a 30 minutos após a exodontia para promover a formação do coágulo dentro do alvéolo e garantir a hemostasia primária (Silva, 2017; Alsaleh *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2023). Além disso, é indicado suspender o uso de cigarros e canudos, além de evitar cuspir e espirrar para prevenir a pressão negativa e o deslocamento do coágulo, evitando comprometer a hemostasia secundária (Alsaleh *et al.*, 2018; Zerbeto, Faleiros, De Moraes, 2018; Neto *et al.*, 2021; De Freitas Morethson, 2022; Belloti Neto, 2022). Ademais, apenas dois estudos alertaram para a possibilidade de sangramento no pós-operatório e recomendaram a reposição de uma gaze embebida em água gelada no local operado, mantendo-a por 30 minutos a 1 hora (Zerbeto, Faleiros, De Moraes, 2018; De Freitas Morethson, 2022).

A preservação do coágulo no alvéolo é essencial por várias razões. Além de promover a hemostasia, ele protege contra infecções, assegura uma cicatrização adequada e previne a alveolite seca/osteíte alveolar. Corroborando a isso, um estudo realizado na Arábia Saudita, constatou-se a prevalência de alveolite seca em 7% da amostra analisada, com 57,1% dos pacientes relatando que não seguiram as instruções pós-extração. Essa constatação demonstra que a má adesão dos pacientes é considerada o principal fator causador de complicações pós-operatórias (Alsaleh *et al.*, 2018).

Em relação à importância da higiene oral, os estudos incluídos nesta pesquisa relataram que é necessário manter uma boa higiene, limpando os dentes e a língua após cada refeição, com cuidado especial na área operada (Zerbeto, Faleiros, De Moraes, 2018; Neto *et al.*, 2021; Xavier *et al.*, 2021; De Freitas Morethson, 2022). Em consonância, dois estudos realizados em 2014 e 2018 mostraram que a baixa higiene oral aumenta o risco de alveolite. Isso justifica a importância de manter a higiene bucal após a cirurgia, evitando apenas o sítio afetado no dia do procedimento para não deslocar o coágulo (Akinbami, Godspower, 2014; Rakhshan, 2018).

A avaliação crítica dos resultados deste estudo enfatiza a importância de disseminar informações sobre cuidados pós-operatórios de maneira clara e objetiva. Corroborando essa necessidade, um estudo realizado em 2016 destacou que a utilização de ferramentas por profissionais de saúde para personalizar e adaptar mensagens e materiais educativos, especialmente para públicos com baixo nível de alfabetização, pode representar um avanço significativo no campo da promoção da saúde e no letramento em saúde (Batterham *et al.*, 2016). Nesse contexto, o estudo conduzido para

a adaptação do CDC no Brasil recomendou um processo metódico de avaliação e validação das mensagens antes de sua divulgação. Esse procedimento assegura que as informações sejam eficazes e relevantes, promovendo a saúde de maneira mais abrangente e garantindo a disseminação de informações precisas e úteis (Marinho et al., 2020).

Implementar essas estratégias educativas pode melhorar significativamente a compreensão dos pacientes sobre os cuidados necessários, reduzindo complicações pós-operatórias e promovendo uma recuperação mais eficiente e segura. De acordo com um estudo realizado em 2021, embora seja comum fornecer instruções pós-operatórias de forma verbal e escrita, a literatura ainda carece de abordagens que utilizem instruções escritas e ilustradas. No estudo, foi demonstrado que a adesão dos pacientes foi significativamente maior entre aqueles que receberam instruções combinadas de forma escrita, ilustrada e verbal, em comparação com aqueles que receberam apenas instruções verbais. Esse método de comunicação visual não apenas facilita a compreensão, mas também reforça a retenção da informação, especialmente em pacientes com baixo nível de alfabetização, contribuindo para melhores resultados pós-operatórios e uma recuperação mais eficaz (Shenoi et al., 2021).

Os principais achados desta pesquisa destacam a importância dos cuidados pós-operatórios para promover uma recuperação adequada após exodontias. A literatura ainda não tem uma concordância quanto à evidência científica de todas as medidas indicadas, porém atestam seu significado clínico. A aplicação de técnicas como compressas frias, alimentação adequada, higiene bucal rigorosa e medidas para prevenir a alveolite seca mostraram-se fundamentais para controlar a hemostasia, facilitar a cicatrização e reduzir o risco de infecções. Diante desses resultados promissores, as perspectivas futuras apontam para a necessidade de implementação desses cuidados como parte integrante das práticas de saúde bucal. A disseminação dessas informações de forma clara e objetiva para os pacientes é essencial para garantir uma educação em saúde e adesão a essas medidas preventivas.

Além disso, é crucial a realização de estudos longitudinais para avaliar o impacto a longo prazo dessas intervenções nos resultados clínicos e na qualidade de vida dos pacientes submetidos a procedimentos cirúrgicos odontológicos. A análise longitudinal permitirá acompanhar a evolução dos pacientes ao longo do tempo, identificar possíveis complicações tardias e ajustar as recomendações de cuidados pós-operatórios de acordo com as necessidades específicas de cada caso. Dessa forma, a aplicação desses cuidados e a avaliação de seu impacto em estudos longitudinais representam um passo importante na busca por melhores resultados clínicos e na promoção da saúde bucal dos pacientes submetidos a cirurgias odontológicas.

5 CONCLUSÃO

O presente estudo teve como resultado o desenvolvimento de um material educativo elaborado com base em instrumento validado, em formato de folder com ilustrações, destinado a pacientes submetidos a procedimentos cirúrgicos odontológicos. Considerando a importância do letramento em saúde bucal e a necessidade de orientações específicas para o período pós-cirúrgico odontológico, o material foi elaborado de acordo com os critérios estabelecidos pelo BR-CDC-CCI e pela análise de estudos que relataram as recomendações de cuidados pós-operatórios e alcançou uma pontuação considerada adequada para a aplicação nesse cenário de saúde.

REFERÊNCIAS

- AGOSTINHO, Antonio José Pedro Forti et al. Enxerto autógeno Bone Ring e colocação concomitante de implante osseointegrável em região estética—relato de caso. *Full Dentistry in Science*, v. 9, n. 36, p. 22-32, 2018.
- AKINBAMI, Babatunde O.; GODSPOWER, Thikan. Dry socket: incidence, clinical features, and predisposing factors. *International journal of dentistry*, v. 2014, n. 1, p. 796102, 2014.
- ALSALEH, Mohammed K. et al. Alveolar Osteitis: Patient's Compliance with Post-extraction Instructions Following Permanent Teeth Extraction. *The journal of contemporary dental practice*, v. 19, n. 12, p. 1517-1524, 2018.
- BELLOTI NETO, Oswaldo. Implementação do protocolo clínico de laserterapia de baixa intensidade após exodontia de terceiros molares inferiores inclusos e semi-inclusos. 2022.
- CAVALCANTE, Laryssa Sousa et al. As diferenças das Soluções Irrigadoras em Osteotomia em Exodontia de Terceiros Molares: Ensaio clínico randomizado. In: *CI-CURV-Congresso de Iniciação Científica da Universidade de Rio Verde*. 2023.
- DE FREITAS MORETHSON, Thainara Aparecida. Tratamento Periodontal Integrado: Relato De Caso. *Repositório de Trabalhos de Conclusão de Curso*, 2022.
- DO NASCIMENTO-JUNIOR, Edmundo Marques et al. Cryotherapy in reducing pain, trismus, and facial swelling after third-molar surgery: systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *The Journal of the American Dental Association*, v. 150, n. 4, p. 269-277. e1, 2019.
- FERNANDES, Ighor Andrade; ARMOND, Anna Catharina Vieira; FALCI, Saulo Gabriel Moreira. The effectiveness of the cold therapy (cryotherapy) in the management of inflammatory parameters after removal of mandibular third molars: a meta-analysis. *International archives of otorhinolaryngology*, v. 23, p. 221-228, 2019.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua de 2019. Brasília: IBGE, 2019. Disponível em: <https://painel.ibge.gov.br/pnad/>. Acesso em: 10/06/2024.
- LARSEN, Marie Kjærgaard; KOFOD, Thomas; STARCH-JENSEN, Thomas. Therapeutic efficacy of cryotherapy on facial swelling, pain, trismus and quality of life after surgical removal of mandibular third molars: a systematic review. *Journal of oral rehabilitation*, v. 46, n. 6, p. 563-573, 2019.
- LINS, Renata Matos Lamenha et al. Métodos de mensuração do letramento em saúde bucal no Brasil: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 12, n. 12, p. e4993-e4993, 2020.

MARINHO, Angélica Maria Cupertino Lopes et al. Cross-cultural adaptation of the Clear Communication Index to Brazilian Portuguese. *Revista de Saúde Pública*, v. 54, p. 26, 2020.

Marinho, Angélica Maria Cupertino Lopes et al. Some psychometric properties of the Brazilian CDC clear communication index. *HLRP: Health Literacy Research and Practice*, v. 6, n. 2, p. e84-e87, 2022.

MARQUES, Suzana Raquel Lopes; LEMOS, Stela Maris Aguiar. Instrumentos de avaliação do letramento em saúde: revisão de literatura. *Audiology-Communication Research*, v. 22, 2017.

MARTINS, Andréa Maria Eleutério de Barros Lima et al. Alfabetização em saúde bucal: uma revisão da literatura. *Revista da Associação Paulista de Cirurgios Dentistas*, v. 69, n. 4, p. 328-339, 2015.

NETO, José Valdir Pessoa et al. Remoção de Terceiro Molar Superior Localizado no Interior do Seio Maxilar: Relato de Caso Removal of an Upper Third Molar Located inside the Maxillary Sinus: Case Report. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 3, p. 11157-11169, 2021.

RAKSHAN, V. Common risk factors of dry socket (alveolitis osteitis) following dental extraction: A brief narrative review. *Journal of stomatology, oral and maxillofacial surgery*, v. 119, n. 5, p. 407-411, 2018.

RAMALINGAM, Sundar et al. Effectiveness of Phone Call Follow-Ups in Improving Patient Compliance to Post-extraction Instructions: A Cross-Sectional Study. *Cureus*, v. 14, n. 11, 2022.

RIBAS, Késsia Hellen; DE ARAÚJO, Andrey Hudson Interaminense Mendes. A importância do Letramento em Saúde na Atenção Primária: revisão integrativa da literatura. *Pesquisa, sociedade e desenvolvimento*, v. 10, n. 16, pág. e493101624063-e493101624063, 2021.

RODRIGUES, Danyela Costa; DOS ANJOS, Thomáz Victor Sousa; CONCEIÇÃO, Leandro Silva. Reabilitação Oral Em Paciente Com Síndrome Da Combinação: Relato De Caso Clínico. *Facit Business and Technology Journal*, v. 3, n. 42, 2023.

SHENOI, Ramakrishna S. et al. Cumprimento das instruções pós-operatórias após a extração cirúrgica de terceiros molares inferiores impactados. *Indian Journal of Dental Research*, v. 1, pág. 87-91, 2021.

SILVA, Andréa Bianca Rodrigues et al. Ação Preventiva Do Dexametasona Em Edema Pós-Cirúrgico De Terceiros Molares: Estudo Piloto. *The Open Brazilian Dentistry Journal*, v. 4, n. 1, p. 347-361, 2023.

SILVA, Paloma Rios da. Avaliação da atividade analgésica do laser de baixa intensidade após exodontias simples: estudo clínico cego, randomizado e prospectivo. 2017.

SOUZA, Gleicy Kelly Batista et al. Efeitos da Terapia com Laser de Baixa Potência na Cicatrização Óssea de Implantes Imediatos: Um estudo piloto de um ensaio clínico randomizado. In: CICURV-Congresso de Iniciação Científica da Universidade de Rio Verde. 2022.

XAVIER, Cinthia Mayara Rodrigues et al. Índice de sucesso de exodontias realizadas com extrator minimamente traumático. Revista Ciência Plural, v. 7, n. 1, p. 14-29, 2021.

WHO. World Health Organization. 2013. In: Health literacy: the solid facts. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/128703/e96854.pdf>. Acesso em: 10/06/2024

ZERBETTO, Marília Vieira; FALEIROS, Pedro Bordini; DE MORAES, Antonio Bento Alves. Relações entre instruções e comportamentos de autocuidado de pacientes submetidos à exodontia do terceiro molar. Perspectivas em Análise do Comportamento, v. 9, n. 1, p. 29-42, 2018.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, em primeiro lugar, a Deus, o meu Senhor, que me trouxe até aqui com Sua forte mão, guiando-me e sustentando-me todos os dias. Como está escrito em Josué 1:9: "Não fui eu que ordenei a você? Seja forte e corajoso! Não se apavore nem desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar." Essa promessa tem sido minha força em cada passo dessa jornada.

Aos meus pais, Roseane e Junior Melo, meu profundo agradecimento pelo amor incondicional, suporte constante e encorajamento incansável. Sem vocês, eu não estaria onde estou hoje. Obrigada por me acolherem com carinho nos dias difíceis e por suas palavras de motivação que me impulsionaram a seguir em frente. Tudo o que conquisei é por vocês e para vocês.

Agradeço de coração aos meus padrinhos de curso, Márcia Belisio e Kayser Rocha, pelo inestimável apoio e contínuo incentivo ao longo da minha jornada. A vocês, dedico minha imensa gratidão.

Aos meus avós, Manuel Miguel, Lindalva Belisio, Violeta Maciel e Silvanil Melo (em memória). O carinho e amparo de vocês foram fundamentais, trazendo-me conforto e alento nos momentos em que mais precisei. Suas presenças e lembranças em minha vida são inesquecíveis e preciosas.

Agradeço ao meu irmão, Victor Belisio, pela parceria ao longo da vida. E a toda minha família, minha eterna gratidão por estarem sempre dispostos a me ajudar e por se fazerem presentes durante essa jornada.

Ao namorado, Joallysson, muito obrigada por ser meu porto seguro e pelo apoio incondicional, desde o início até o fim. Agradeço também por sua constante presença, mesmo diante da distância. Sou grata pelo seu companheirismo que ilumina meus dias e pela amorosa cumplicidade que compartilhamos.

À minha amiga e dupla, Joyce Pamella, que por coincidência ou obra divina virou parte essencial dessa jornada, de colegas de casa a parceiras de clínica você sempre esteve ao meu lado, compartilhando não apenas os momentos felizes, mas também os desafios e adversidades.

Às minhas amigas, Lanna Lúdia e Rafaela Almeida, que vieram como presentes enviados diretamente do coração de Deus. Vocês foram e são como um oásis, que me trouxeram refrigério nos dias difíceis. Obrigada pelas risadas, histórias compartilhadas, aconchego e pelas palavras de motivação.

Agradeço as amigadas que fui agraciada durante esse caminho, Suzie, Amanda, Kelly, Rebeka e Fabryna. Com vocês, aprendi lições valiosas que levarei para sempre em meu coração. Agradeço imensamente pela alegria compartilhada e pelas histórias que vivemos juntas. Vocês foram partes essenciais neste caminho.

Ao meu orientador, professor Érick Tássio, por ter aceitado escrever este trabalho comigo e por ter esclarecido todas as minhas dúvidas com excelência e esmero ao longo do processo.

Aos meus professores Helene e Lucas, que me acompanharam no início e no fim do curso, respectivamente, por aceitarem participar desta defesa e por suas valiosas contribuições em minha vida acadêmica.

À minha amada turma T17, que dividiu comigo todos os aprendizados vividos ao longo desses 5 anos.

À Universidade Estadual da Paraíba, que me formou com excelência como cirurgiã dentista. Em especial aos seus funcionários, Eliane, Elenilson, Angerica, Cássio, Renata, Rayssa, Guilherme, Rodrigo e Wanderlei que com sorrisos e palavras de apoio tornaram meus dias mais alegres e leves.

Aos meus pacientes, sou eternamente grata pela confiança depositada a mim e pelo privilégio em tê-los atendido durante minha trajetória na UEPB.

Por fim, agradeço a cidade de Araruna, que por todos esses anos me acolheu e foi minha segunda casa.