**A dieta e seu reflexo na saúde bucal em grupo de idosos: Relato de experiência**

Flaviana Ribeiro Coutinho de Mendonça Furtado¹; Amanda van der Linden Rabelo Dias¹; Ana Luiza Menino Acioly¹; Beatriz Ribeiro Coutinho de Mendonça Furtado ¹; João Paulo Oliveira Acioly¹; João Victor Maia Lima Costa¹; Matheus Lima Dore¹; Cristiana Ribeiro Coutinho Furtado².

**Resumo**

Introdução: A dieta e condição nutricional influenciam a saúde bucal de diversas formas. As deficiências nutricionais podem resultar em defeitos nas estruturas dentais tanto durante a formação e erupção do dente, como após esse processo de surgimento. Os açúcares e ácidos provenientes dos alimentos podem causar cárie e erosão dentária, respectivamente. Além disso, alguns alimentos apresentam papel protetor para o câncer de boca, enquanto os defeitos nutricionais e dietas inadequadas, além do fumo e do álcool, podem contribuir para o risco de desenvolver a doença. A nutrição adequada também beneficia os tecidos periodontais (FREIRE *et al*., 2012). Relato de caso: Trata-se de um relato de experiência sobre A dieta e seu reflexo na saúde bucal com grupo de 80 idosos participantes do projeto “Envelhecimento Saudável” da Instituição de Ensino Superior Nova Esperança, em João Pessoa-PB, sendo formada por 18 alunos das áreas de medicina, odontologia, enfermagem e fisioterapia e 4 tutoras. A abordagem foi multidisciplinar e de índole lúdica. A elaboração e execução da vivência foi voltado para o entendimento do processo de alimentação saudável e deletéria para a saúde bucal dos idosos, bem como atentar para o desenvolvimento da cognição motora e o relacionamento entre os membros do grupo. A ação foi realizada em salas da instituição utilizando os recursos de multimídia, cartolinas, figuras, tesouras, colas e pincéis. O trabalho consistiu em identificar as figuras dos alimentos que contribuíam ou não para a saúde bucal. Estas foram coladas em quadros diferentes identificados como “Bom para a saúde bucal” e “Ruim para a saúde bucal”. Os recortes foram realizados pelos próprios idosos e os alunos e tutores envolvidos puderam orientar e ajudar nesta tarefa. O material informativo foi construído pelos participantes e visou não somente o conhecimento científico como a cognição motora dos idosos. Almejou-se com a ação orientar os idosos quanto a importância da alimentação saudável para a saúde bucal, o entretenimento e o fortalecimento de laços de amizade no grupo. Coclusão: Os participantes avaliaram a atividade como sendo de significativa contribuição para o seu cotidiano, bem como para a aquisição de novos conhecimentos e hábitos saudáveis.

**Palavras-chave:** Idosos, Dieta, Saúde bucal.