

Alexandre Soares de Menezes
Denise Ana Augusta dos Santos Oliveira

OS SUPERATLETAS DA SAÚDE

O MISTÉRIO DO SORRISO CAMPEÃO



OS AUTORES



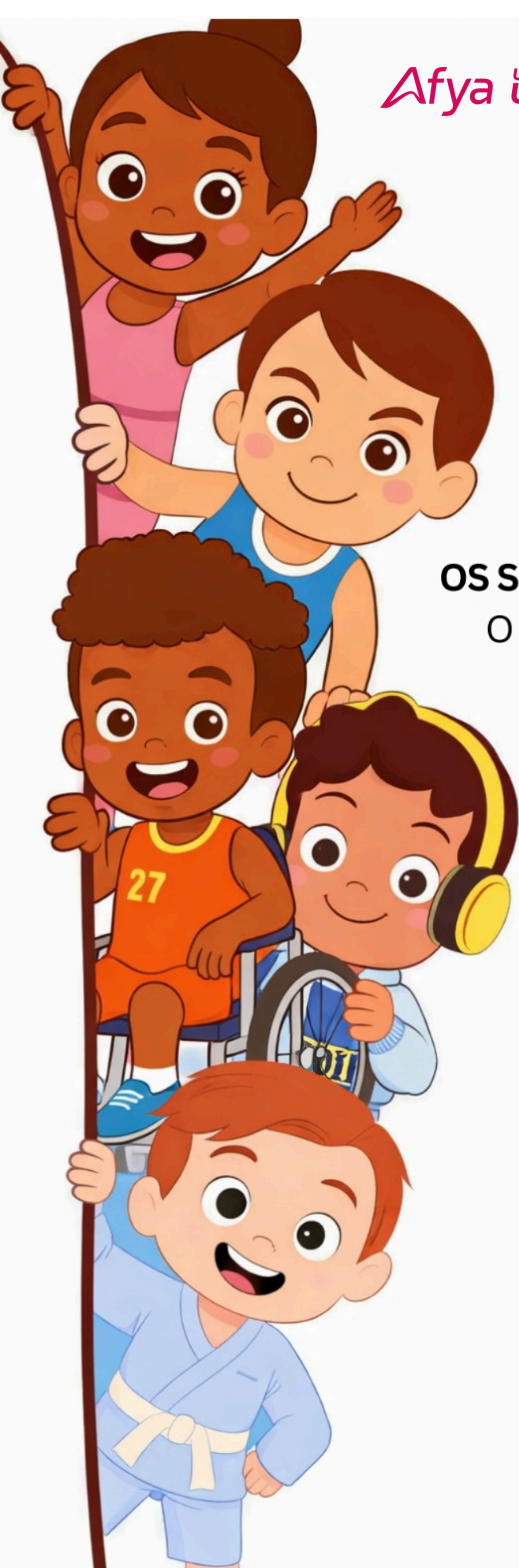
Alexandre Soares de Menezes

Mestrando no Programa de Pós-Graduação em Ensino das Ciências (PPGEC), da Unigranrio (2023- 2025). Possui Graduação em Educação Física pela Universidade Estácio de Sá (2005-2009) e Pós-Graduação Lato Sensu em Educação Física Escolar pela Universidade Estácio de Sá (2010) . Atualmente é professor da Educação Infantil e séries iniciais da Prefeitura Municipal de Duque de Caxias (RJ), onde atua há dez anos como professor (PI).

Denise Ana Augusta dos Santos Oliveira

é filha de trabalhadores rurais e fez da educação e da ciência um caminho de compromisso com a vida. Professora, pesquisadora e orientadora pedagógica, atua com crianças, famílias e professores da Baixada Fluminense, tecendo pontes entre saberes acadêmicos e populares. Na Afya Unigranrio, integra o PPGECS na formação de professores, novos pesquisadores e coordenando projetos que unem escola, comunidade e universidade. Sua trajetória é marcada pela defesa da infância, do direito à educação, da promoção da saúde e da justiça socioambiental, sempre guiada pelo amor às palavras, às sementes e às histórias que transformam.





OS SUPERATLETAS DA SAÚDE: O MISTÉRIO DO SORRISO CAMPEÃO

Alexandre Soares de Menezes
Denise Ana Augusta dos Santos Oliveira



**DUQUE DE CAXIAS
2026**

Caro Professor e Professora,

Este produto educacional se apresenta como um livro em formato digital (e-book) contendo uma história divertida abordando o tema higiene pessoal e saúde para a Educação Infantil.

O objetivo deste produto educacional é proporcionar ao educador um recurso pedagógico complementar para o ensino da temática higiene bucal das crianças da Educação Infantil, desenvolvendo, de forma lúdica, alguns hábitos básicos de higiene bucal e a relação dessas práticas diárias com a saúde.

Sugere-se que este e-book seja apresentado as crianças na forma de contação de história, baseando-se nas narrativas aqui descritas, e apresentando as personagens infantis ilustradas para as crianças. Os professores podem realizar as atividades de forma criativa, adaptando-as de acordo com a realidade escolar e das crianças, e ainda sugerir outras que possam auxiliar no trabalho da educação em saúde a partir dos hábitos de higiene bucal.

Este e-book oferece duas propostas de atividades lúdicas dos conteúdos sobre higiene bucal e saúde na Educação Infantil.

Durante a realização das atividades lúdicas, recomenda-se que os aspectos relacionados à inclusão social, incluindo o respeito às diferenças culturais e biológicas, sejam considerados e explorados junto às crianças, tendo como embasamento as características das personagens ilustradas neste e-book.

Sugerimos ainda que as famílias sejam convidadas a participar deste momento bem como das outras atividades lúdicas propostas para motivar a participação das crianças, fortalecer o engajamento e a relação família-escola.

Alexandre e Denise

CATALOGAÇÃO NA FONTE

AFYA UNIVERSIDADE UNIGRANRIO – BIBLIOTECA EUCLIDES DA CUNHA

M543o Menezes, Alexandre Soares de.

Os superatletas da saúde : o mistério do sorriso campeão / Alexandre Soares de Menezes, Denise Ana Augusta dos Santos Oliveira. — Duque de Caxias: UNIGRANRIO, 2026.

34 f. : il. , e-book.

Referências: p. 34.

ISBN 978-85-9549-482-4

1 Ciências médicas 2 Professores de educação infantil. 3. Saúde bucal
4 Higiene dental 5 Pré-escolares.

I. Oliveira, Denise Ana Augusta dos Santos II. Afya Universidade Unigranrio.
III. Título.

Este produto educacional esta protegido pela licença

Creative Commons:



Este trabalho será produzido no âmbito do Programa de Pós-graduação em Ensino das Ciências, no Curso de Mestrado Profissional em Ensino das Ciências e será avaliado pela **Banca examinadora**:

Prof^a Dr^a Denise Ana Augusta dos Santos Oliveira
AFYA UNIGRANRIO - Orientadora
Presidente da Banca

Prof.^a Dr.^a Beatriz Brandão dos Santos
AFYA UNIGRANRIO
Membro Interno

Prof^a Dr^a Nájela Tavares Ujiie
PPIFOR/UNESPAR
Membro externo

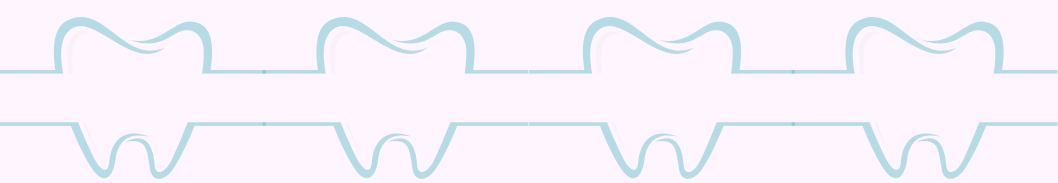
Prof^a Dr^a Denise Leal de Castro
PROPEC/IFRJ

AGRADECIMENTOS



A colaboração dedicada e o olhar cuidadoso de vocês foram fundamentais para tornar este material ainda mais especial e educativo para as crianças.



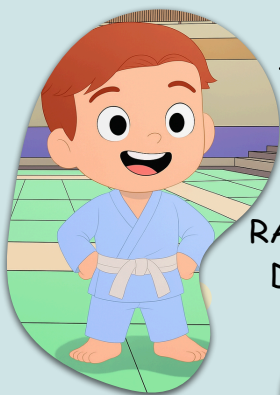


**ESSE LIVRO É DEDICADO A TODA CRIANÇA
QUE FAZ PARTE DO TIME DOS SUPERATLETAS
DA SAÚDE E QUE ESTÃO EM BUSCA DO
MISTÉRIO DO SORRISO CAMPEÃO.**



ERA MAIS UM DIA COMUM PARA MAYA, RAVI, CHLOE, DOM E BENTO. ALÉM DE AMIGOS, ELES ERAM ATLETAS.

CADA UM COM SEU ESPORTE.



RAVI UM JUDOCA DISCIPLINADO,

MAYA ERA UMA GINASTA MUITO FLEXÍVEL,



E BENTO UM JOGADOR DE BASQUETE DETERMINADO.



CHLOE UMA TENISTA ÁGIL,



DOM ERA UM CORREDOR VELOZ

ERAM TODOS BEM DIFERENTES, CADA UM COM UMA VOCAÇÃO ESPECIAL.

MAS TINHAM ALGO EM COMUM:
ELES TREINAVAM MUITO E ADORAVAM COMPETIR.

E PODÍAMOS VER A FELICIDADE EM CADA UM
DELES PELO SORRISO EM SEUS ROSTOS.



AH! MAS ERA OUTRA COMPETIÇÃO QUE EXIGIA
UM TREINO ESPECIAL: O TREINO DO SORRISO!

TODOS SABIAM QUE A SAÚDE COMEÇA PELA BOCA E QUE ESCOVAR OS DENTES ERA IMPORTANTE PARA TER SAÚDE E ENERGIA.



**MAYA FELIZ
ESCOVANDO OS DENTES**



**RAVI ESCOVANDO
OS DENTES**

DE MANHÃ, LOGO AO ACORDAR, CADA UM JÁ CORRIA PARA O BANHEIRO. ESCOVAR OS DENTES FAZIA PARTE DO AQUECIMENTO PARA COMEÇAR O DIA.

**NO CAFÉ DA MANHÃ DA ESCOLA, OS AMIGOS
COMIAM FRUTAS E SANDUÍCHES JUNTOS.**



**MAS, DEPOIS DE COMER, QUANDO TODOS PEGARAM
SUAS ESCOVAS DE DENTES E O FIO DENTAL, DOM
FOI O ÚNICO QUE NÃO PEGOU NADA: NEM ESCOVA,
NEM PASTA DE DENTE, NEM FIO DENTAL.**



A cartoon illustration of a young girl with brown skin and hair tied in a bun, wearing a pink tank top. She is brushing her teeth with an orange toothbrush, and white foam is visible on her teeth. In the background, there is a white pedestal sink with an orange faucet, a mirror, and a window with blue diagonal stripes. A speech bubble above her head contains the text.

— UÉ, NÃO VAI ESCOVAR?
— PERGUNTOU MAYA.

DOM DEU DE OMBROS:

— NEM SEMPRE ESCOVO... A PASTA ARDE MUITO
NA BOCA. EU NÃO GOSTO!



— MAS, DOM! — DISSE
CHLOE — SE VOCÊ NÃO
ESCOVA, A CÁRIE PODE
APARECER.

— QUE NADA!
— RESPONDEU ELE, RINDO.
— EU SÓ ESCOVO DE VEZ
EM QUANDO...
NÃO DEVE TER PROBLEMA.



MAS DENTRO DA BOCA DE DOM, UMA COISA
ESTRANHA JÁ ACONTECIA... UM MONSTRINHO
DA CÁRIE ESTAVA COMEÇANDO A CAVAR
BURACOS NO DENTE DELE!



NAQUELE DIA, ENQUANTO TREINAVA
CORRIDA, DOM SENTIU UMA PONTADA.

A cartoon illustration of a young boy with brown hair and a distressed expression, standing on a red running track. He is wearing a light blue jacket over a dark blue shirt with the number '01' on it, dark blue shorts, and light blue sneakers. He is holding his right hand to his mouth, where a red, jagged lightning bolt indicates a sharp pain in his tooth. A speech bubble above him contains the text: — AI! MEU DENTE!
— ELE RECLAMOU.
The background shows a green field and a blurred crowd of spectators in the stands.

— AI! MEU DENTE!
— ELE RECLAMOU.

OS AMIGOS PARARAM E OLHARAM PREOCUPADOS.

- ISSO É PORQUE VOCÊ NÃO ESCOVA SEMPRE**
- DISSE BENTO.**
- MAS ARDE MUITO! PARECE QUE MINHA BOCA ESTÁ PEGANDO FOGO! — RECLAMOU DOM.**

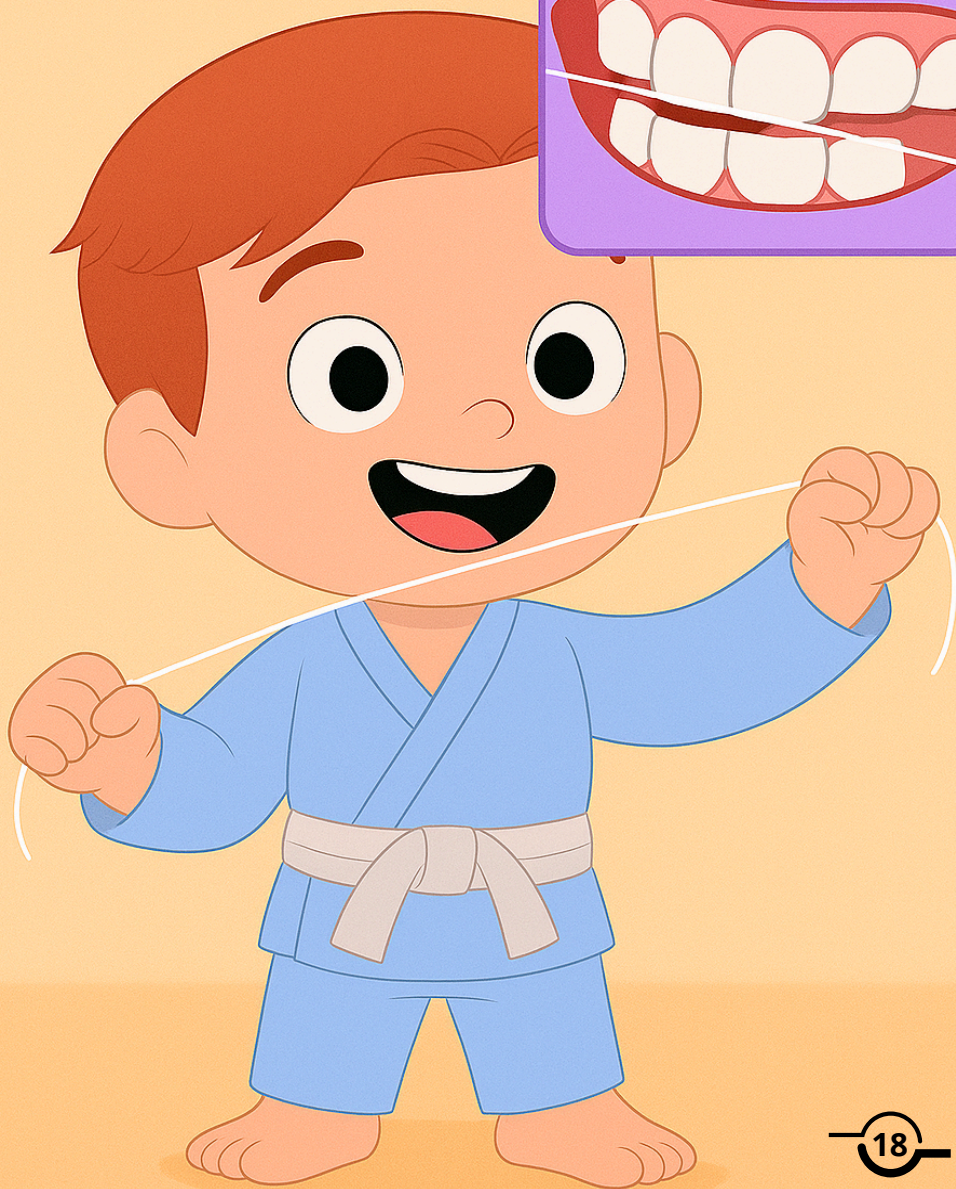
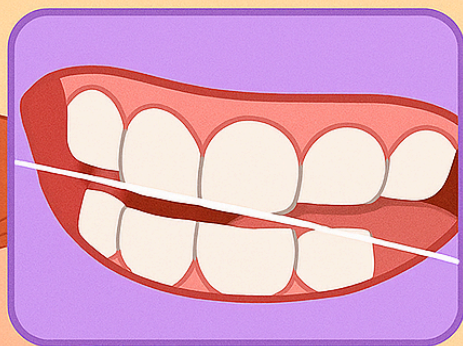


A cartoon illustration of a young girl with brown hair in pigtails, wearing a blue tank top. She is holding a purple toothbrush with a large dollop of white toothpaste on the bristles. A purple speech bubble above her head contains text. In the background, a boy with brown hair and yellow headphones is clapping, and a girl in a pink leotard is also clapping. The background is a simple orange gradient with a white cloud.

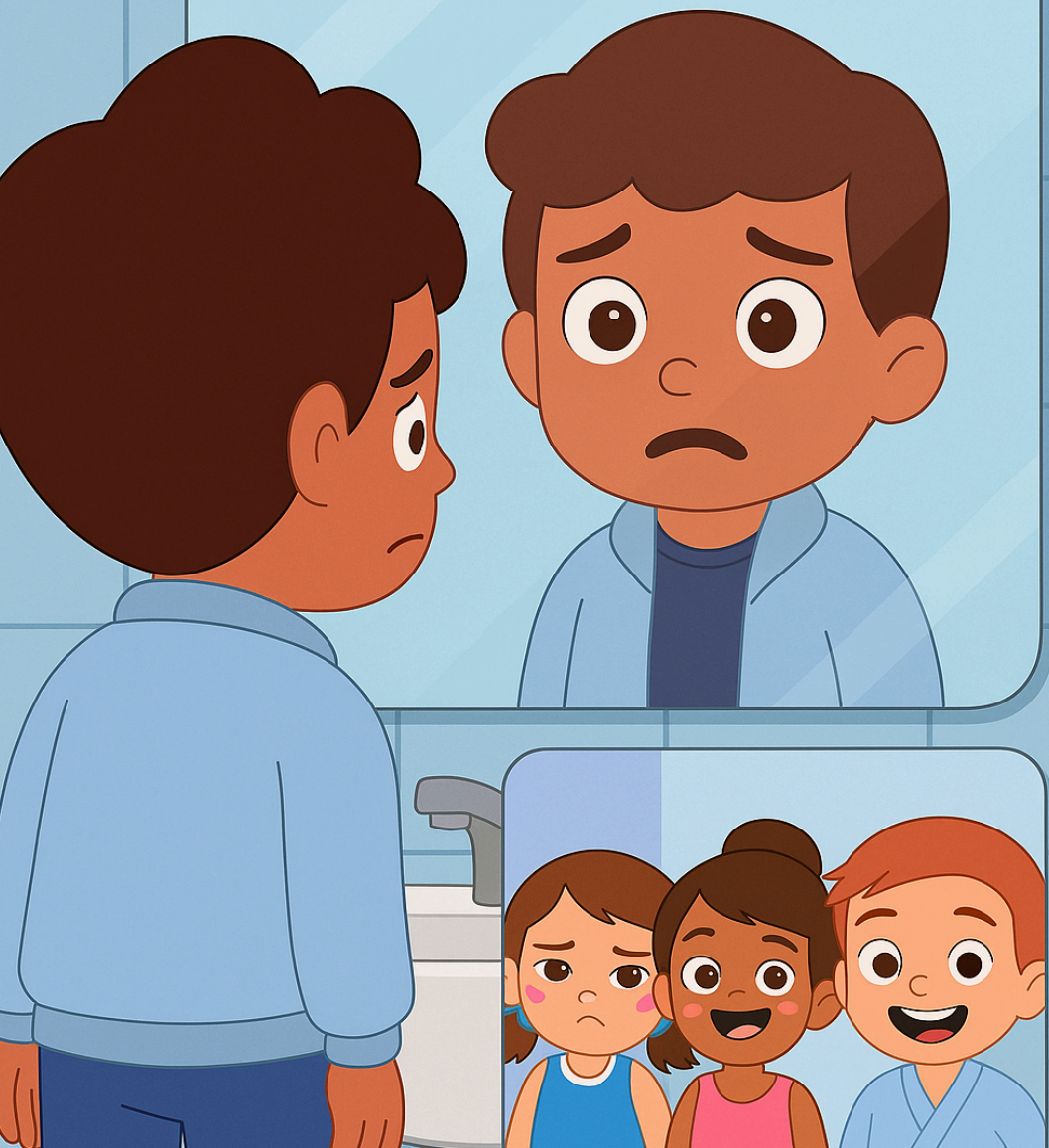
— ESSE ARDIDO NÃO É
RUIM, DOM. É A CAPA
PROTETORA FICANDO
FORTE!

— ISSO MESMO! — COMPLETOU MAYA. — A PASTA
É COMO UM ESCUDO MÁGICO CONTRA A CÁRIE
E NEM PRECISA DE MUITA,
SÓ UM POQUINHO JÁ RESOLVE.

— E O FIO DENTAL AJUDA A LIMPAR ONDE A ESCOVA NÃO ALCANÇA. ELE TEM QUE IR ATÉ LÁ NA GENGIVA PRA DERRUBAR OS MONSTRINHOS ESCONDIDOS!



DOM FICOU PENSATIVO.



- ENTÃO ESSE ARDOR NÃO É RUIM?
- NÃO! — RESPONDERAM TODOS JUNTOS.
- É A PROVA DE QUE SEUS DENTES ESTÃO FICANDO MAIS FORTES!

— ESTÁ BEM... VOU TENTAR — DISSE DOM.



ELE COLOCOU UM POQUINHO DE PASTA NA ESCOVA, RESPIROU FUNDO E COMEÇOU A ESCOVAR, MESMO SENTINDO ARDER UM POQUINHO A BOCA.



ELE FEZ MOVIMENTOS DE BOLINHA NA PARTE DA FRENTE E DE TRÁS DOS DENTES E TAMBÉM MOVIMENTOS DE TRENZINHO EM CIMA DOS DENTES COMO O SEU DENTISTA JÁ TINHA ENSINADO UMA VEZ.

DENTRO DA BOCA, OS MONSTRINHOS
DA CÁRIE FICARAM APAVORADOS:



— SOCORROOO!
A ESPUMA ESTÁ
CHEGANDO!

E LOGO DESAPARECERAM,
DERROTADOS PELA
ESCOVAÇÃO.

QUANDO TERMINOU, DOM OLHOU NO ESPELHO.

— UAU! MEU DENTE
ESTÁ BRILHANDO!
E A DOR SUMIU!
— DISSE, TODO FELIZ.



OS AMIGOS RIRAM E LEVANTARAM SUAS ESCOVAS COMO TROFÉUS.

— VIU SÓ? — DISSE BENTO.

— ESCOVAR É O TREINO MAIS IMPORTANTE DO SORRISO.

— E NÃO DÓI NADA! — COMPLETOU CHLOE.

DOM SORRIU ANIMADO.



— AGORA ENTENDI! O ARDOR É SÓ O SINAL DE QUE ESTOU VENCENDO A BATALHA CONTRA A CÁRIE. NUNCA MAIS VOU ESQUECER DE ESCOVAR DEPOIS DAS REFEIÇÕES!

A GINASTA MAYA COMPLETOU:



— EU SEMPRE ESCOVO AO ACORDAR, ASSIM COMEÇO O DIA EQUILBRADA E FELIZ.

RAVI ACRESCENTOU:



— DEPOIS DE COMER, EU ESCOVO, SENÃO OS RESTOS DE COMIDA VIRAM FORÇA PARA A CÁRIE.

CHLOE DISSE:

— ANTES DE DORMIR,
ESCOVO COM CALMA.
AÍ MEUS DENTES
DESCANSAM
LIMPINHOS A NOITE
INTEIRA.



BENTO LEMBROU:

— E NUNCA ESQUEÇO O
FIO DENTAL. ELE É
COMO UM PASSE
PERFEITO PARA O TIME
VENCER!



E DOM DECLAROU:



**— AGORA EU TAMBÉM SOU
CAMPEÃO DO SORRISO!
ESCOVO SEMPRE, FAZENDO
OS MOVIMENTOS DE
BOLINHA E TRENZINHO,
SEM MEDO DE ARDER A
BOCA!**



E, PARA NÃO RESTAR NENHUMA DÚVIDA DE QUE OS SORRISOS ESTAVAM PROTEGIDOS, DOM SE LEMBROU DE UMA VEZ EM QUE FOI AO DENTISTA E CORREU PARA CASA PARA PEDIR QUE O LEVASSEM NOVAMENTE, PARA UMA LIMPEZA E AVALIAÇÃO.

O TIME DO SORRISO CAMPEÃO VENCEU A
BATALHA CONTRA A CÁRIE. NÃO SOBROU
NENHUM MONSTRINHO POR PERTO!





— E VOCÊ?
— VAI SE JUNTAR
AO NOSSO
TIME?

PARABÉNS!

SE VOCÊ CHEGOU AO FINAL DESSA HISTÓRIA, VOCÊ JÁ FAZ PARTE DOS TIME DOS SUPER ATLETAS DA SAÚDE E JÁ DSCOBRIU O MISTÉRIO DO SORRISO CAMPEÃO.

NAS PRÓXIMAS PÁGINAS VOCÊ ENCONTRARÁ DUAS PROPOSTAS DE ATIVIDADES PARA BRINCAR COM A SUA PROFESSORA E COM OS AMIGOS.

PRIMEIRA PROPOSTA DE ATIVIDADE:
IMAGEM E AÇÃO DA SAÚDE

SEGUNDA PROPOSTA DE ATIVIDADE:
JOGO DA MEMÓRIA DA HIGIENE



PRIMEIRA PROPOSTA DE ATIVIDADE:

IMAGEM E AÇÃO DA SAÚDE

Utilizando a imagem abaixo, o professor deverá imprimir e recortar os diferentes personagens da história. Em seguida, deverá convidar um aluno, voluntariamente, para observar uma das imagens e expressar, por meio de gestos, o que ele identifica como sendo representado na cena. As demais crianças serão questionadas pelo professor sobre o que o colega está representando.



SEGUNDA PROPOSTA DE ATIVIDADE:

JOGO DA MEMÓRIA DA HIGIENE

Utilizando a mesma imagem da primeira atividade, o professor deverá imprimir duas cópias, de modo que haja duas figuras de cada personagem. Em seguida, recortará as imagens em tamanhos semelhantes e as distribuirá sobre uma mesa, viradas para baixo. Cada criança terá a oportunidade de virar duas imagens por vez, na tentativa de encontrar figuras iguais. Para marcar um ponto, além de encontrar as imagens correspondentes, a criança deverá descrever o que está acontecendo na cena. Após a participação, outra criança será chamada para jogar, até que todos tenham brincado.



BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. Diretoria de Avaliação. Documento da área: área 46 - ensino. Brasília-DF: MEC/ CAPES/ DAV, 2019a. Disponível em: <<https://www.gov.br/capes/pt-br/centrais-de-conteudo/ENSINO.pdf>>. Acesso em: 15 jun. 2023.

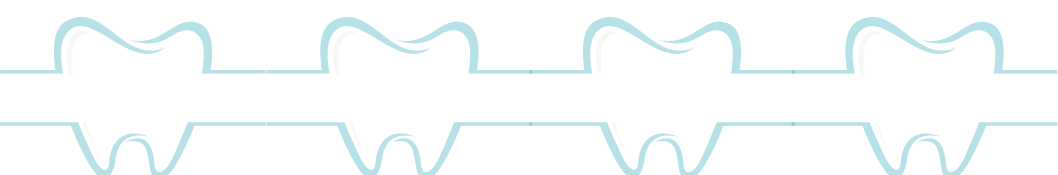
BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. Grupo de trabalho: produção técnica. Brasília-DF: MEC/ CAPES, 2019b. Disponível em: <<https://www.gov.br/capes/pt-br/centrais-de-conteudo/10062019-producao-tecnica-pdf>>. Acesso em: 15 jun. 2023.

COSTA, L.B. da.; SANTOS, B.B. dos. Você sabe o que é limpo e o que é sujo? Vamos falar sobre isso! Rio de Janeiro: Unigrario, 2023. Disponível em:

<<https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/921402/2/6->

Leninebandeira_PRODUTOEDUCACIONAL_PPGECC.pdf>. Acesso em: 15 jun. 2023.

RIZZATI, I.M.et al. Os produtos e processos educacionais dos programas de pós- graduação: proposições de um grupo de colaboradores.Actio, Curitiba, v. 5, n. 2, p. 1-17, mai./ago. 2020. Disponível em: <<https://periodicos.utfpr.edu.br/actio/article/view/12657/7658>>. Acesso em: 15 jun. 2023.



DESCRIÇÃO TÉCNICA DO PRODUTO

Nível de ensino a quem se destina: Educação Básica

Área do conhecimento: Ensino

Área de Concentração: Ensino de Ciências e Saúde

Linha de pesquisa: Relações Sociais e a Cidadania

Público-alvo: Professoras da Educação Infantil

Categoria deste produto: E-book

Finalidade: Ensino de higiene e saúde

Registro de propriedade: Ficha catalográfica com ISBN e licença Creative Commons (Educapes). ISBN 978-85-9549-482-4

Disponibilidade: Irrestrita, mantendo-se o respeito à autoria, não sendo permitido uso comercial por terceiros.

Divulgação: Meio digital.

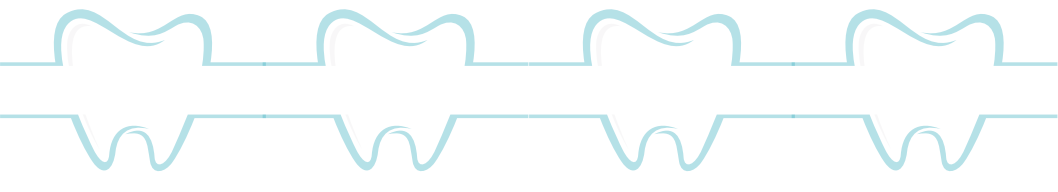
Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/>

Processo de aplicação: No campo empírico da pesquisa.

Impacto: médio

Inovação: médio

Origem do Produto Educacional: Higiene e saúde bucal na educação infantil: práticas lúdicas para a formação de hábitos saudáveis



Este livro é o Produto Educacional resultante da pesquisa de mestrado intitulada Higiene e Saúde Bucal na Educação Infantil: práticas lúdicas para a formação de hábitos saudáveis, desenvolvida no Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências e Saúde da Afya Universidade Unigranrio. Disponível em acesso aberto no Portal EduCAPES, com acesso facilitado por QR Code, o material se apresenta em formato digital (e-book) e traz uma história divertida e ilustrada que aborda, de forma lúdica e sensível, a temática da higiene pessoal e da saúde bucal na Educação Infantil.



O objetivo é oferecer ao educador um recurso pedagógico complementar que favoreça a formação de hábitos saudáveis desde a infância, articulando cuidado, brincadeira e aprendizagem. O e-book propõe a utilização da contação de histórias como estratégia central, apresenta personagens infantis que valorizam a diversidade e inclui duas propostas de atividades lúdicas, passíveis de adaptação à realidade escolar e ao contexto das crianças, incentivando práticas inclusivas, o respeito às diferenças e o diálogo entre escola e família no processo de educação em saúde.