



Gabriel e o monstro Cárius

Saúde Bucal na Palma da Mão: Gabriel e o Monstro Cárius

Laura Silva Bertoqui
Sara Cristina da Silva Passos
Carolina Bório Dode
Patrícia de Andrade Risso

Ilustrações
Laura Silva Bertoqui

Ficha catalográfica

B547 BERTOQUI, Laura Silva

Gabriel e o monstro Cárius [arquivo digital] / Laura Silva Bertoqui... [et al] – Rio de Janeiro : Instituto Benjamin Constant, 2025.

PDF; 12 MB. – (Saúde bucal na palma da mão, v. 1).

ISBN: 978-65-88612-63-7

ISBN: 978-65-88612-68-2 (coleção)

1. Odontologia. 2. Saúde bucal. 3. Higiene pessoal. 4. Inclusão. I. Passos, Sara Cristina da Silva. II. Dode, Carolina Bório. III. Risso, Patrícia de Andrade. IV. Bispo, Bruna Maria Vasconcellos Trindade. V. IBC. VI. Título.

CDD – 613.4

Ficha Elaborada por Edilmar Alcantara dos S. Junior. CRB/7: 6872

Autoras



Laura Silva Bertoqui

Graduanda de Odontologia da
FO- UFRJ



Sara Cristina da S. Passos

Mestranda MPO FO- UFRJ



Carolina Bório Dode

Cirurgiã-Dentista do IBC



Patrícia de Andrade Risso

Professora MPO FO-UFRJ

Personagens



Gabriel

Adolescente com
deficiência visual e
aluno do IBC



Fada Ester

Guardiã do Reino
Encantado



Princesa Juliana

Princesa do Reino
Encantado

Personagens



Tia Carol

Cirurgiã-Dentista do
Instituto Benjamin
Constant

Monstro Cárius

Vilão que pega os dentes
das crianças que comem
doces e não escovam os
dentes



Revisão

Revisora

**Bruna Maria Vasconcellos
Trindade Bispo**

Professora EBTT de Língua
Portuguesa do Instituto
Benjamin Constant

APRESENTAÇÃO

Olá, a série de e-books **Saúde Bucal na Palma da Mão** visa trazer **conhecimentos** de **saúde bucal** com **acessibilidade**. Neste número, traremos o conto “Gabriel e o Monstro Cárius”.

O objetivo desta edição é incentivar, por meio da narração fantástica, a busca pela criação de hábitos saudáveis relacionados à saúde bucal. Aqui, buscamos ensinar sobre os malefícios do consumo de açúcar em excesso e os principais sintomas presentes na doença cárie, além de como fazer uma correta higienização da boca.

Esta edição foi criada de forma vinculada ao **Projeto Incluir_Odonto** e ao Mestrado Profissional em Odontologia (MPO) da Faculdade de Odontologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (FO-UFRJ) em parceria com o setor de Odontologia do Instituto Benjamin Constant (IBC).

Preparamos este material com muito carinho. Nele, você encontrará fantasias, aventuras e, é claro, muitas dicas sobre os cuidados com os dentes e a boca!

Esperamos que você goste!

Boa leitura! Espero que se divirta!

O aniversário de Gabriel foi incrível. Ele convidou todos os seus amigos da escola, o Instituto Benjamin Constant, para brincar na sua casa. Mas, depois que todos foram embora, ele estava exausto.



Quando se deitou para dormir, sentiu embaixo de seu travesseiro algo duro, uma caixa com um laço. Era um presente.

Ao abrir a caixa, ele avistou uma chave, mas ela não era simples como as que tinham nas portas da sua casa. Ela era maior e decorada, quase como se fosse

algo mágico. Mas estava tão cansado que não pensou muito e dormiu segurando a tal chave.

**Que estranho...
Que presente é
este?**



Quando ele acordou, não estava mais deitado em sua cama nem em nenhum lugar que conhecesse...

— Gabriel...

— Quem é você?

— Eu sou a fada Ester. Enviei-lhe a chave para que você chegasse até aqui.

— Onde eu estou?

— Este é o meu reino e ele se chama Reino Encantado. Precisamos da sua ajuda. Nosso povo está sendo atacado.

Gabriel podia sentir o medo em sua voz...

— Seu povo está sendo atacado?

— Sim, Gabriel, acreditamos que você pode nos salvar. Venha comigo! Vamos voar até a princesa.







Quando os pés do menino tocaram o chão novamente, era diferente de tudo o que ele já havia pisado e era algo macio como...

— O que é isso? — perguntava Gabriel que estava cada vez mais confuso.

— São nuvens! O Reino Encantado está acima dos céus — comentou Ester.

— Oh, ainda bem que vocês chegaram!

Gabriel ouviu uma voz feminina e preocupada atrás dele.

— Eu estava ficando com medo de terem se perdido na floresta de pirulitos! Perdão, ainda não me apresentei. Eu sou Juliana, princesa do Reino Encantado.



Gabriel estendeu a mão para cumprimentar Juliana, mas ela o ignorou e, em vez disso, agarrou os ombros do garoto dizendo:

— São nossas crianças, Gabriel, precisamos ajudá-las!



— Mas o que está acontecendo aqui? — questionou Gabriel, que precisava de respostas.

— Há alguns meses, uma das crianças do Reino veio me contar que estava sentindo muita dor nos dentes e, depois de alguns dias, vieram mais e mais

crianças. Algumas até perderam os dentes, pois eles sumiram das suas bocas!

**Dói quando eu
bebo
refrigerante e
como um doce!**

— Já tentamos
de tudo para
ajudá-las —
continuou Ester.

— Existe,
porém, um livro
muito antigo que
não conseguimos ler.

Achamos que a resposta pode estar nele. Ele está
escrito em códigos em alto relevo. Apenas alguém do
Instituto Benjamin Constant saberia nos ajudar.





Um livro escrito em alto relevo... Será que...

— Deve estar em Braille! Eu posso ajudar, pois aprendi a ler e escrever em Braille na escola — respondeu Gabriel animado.



Gabriel levou dias lendo o enorme livro na biblioteca do castelo. O nome era: "Histórias e lendas sobre os seres mágicos do Reino Encantado".

No quinto dia, ele achou algo parecido com o que Juliana comentou. Nas profundezas da floresta de pirulitos, existe um monstro chamado Cárius, que rouba os dentes de qualquer um que coma seus doces.



— Meu Deus! É a floresta de pirulitos que fica em um local afastado do Reino. Lá tudo é feito de doces até as estradas! — comentou Juliana.



— Aqui no livro diz que o monstro Cárius atrai as crianças oferecendo doces para elas e, enquanto elas comem os doces, ele pega partes dos seus dentes para se alimentar — disse Gabriel ao ler um trecho do livro para a princesa e a fada.

Em seguida, Gabriel lembrou-se de algo muito parecido que havia aprendido com a Tia Carol, dentista de sua escola, sobre a cárie.

— Para derrotar o monstro, é só você não comer muitos doces e, principalmente, escovar os dentes depois de cada refeição — leu atentamente Gabriel.

— Escovar os dentes? O que é isso? — perguntou Juliana.

Gabriel ficou de boca aberta, chocado. Ele aprendeu há muito tempo sobre a importância de escovar os dentes todos os dias para limpá-los e evitar a cárie.

— Vocês não sabem o que é escovar os dentes? — ele perguntou.

— Nunca ouvi falar sobre isso — contou Ester.

E assim, Gabriel teve uma ideia de como ele faria para salvar o Reino Encantado.

Gabriel tinha um plano. No dia seguinte, ele chamou todos os seus amigos para ajudá-lo. Depois, foi até a porta da Tia Carol, a dentista da sua escola. Ela havia ensinado a ele tudo sobre a saúde da boca.

— Tia Carol, a senhora pode ensinar a eles como escovar os dentes igual fez comigo? Assim, eles vão conseguir deter o Cárius!

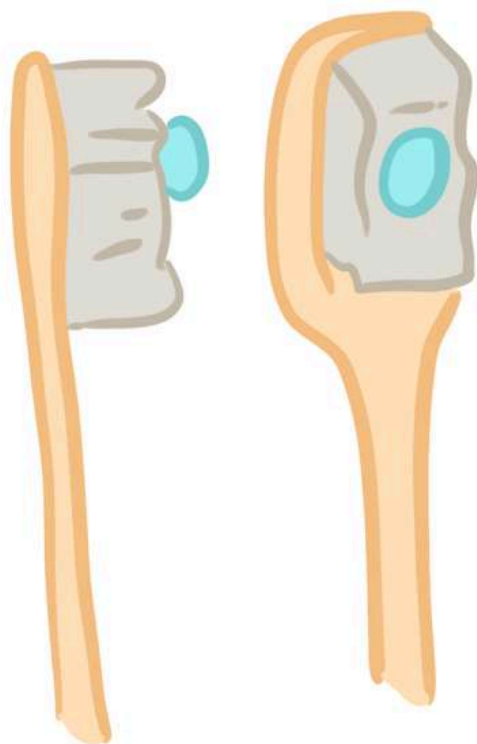
E a Tia Carol topou na hora.

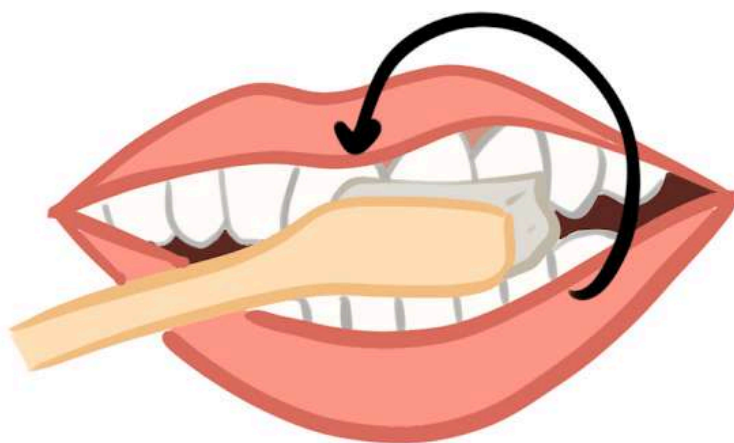


Então, naquela noite, quando Gabriel acordou no Reino Encantado, estava rodeado de seus amigos e, ao seu lado, estava a Tia Carol com uma sacola cheia de escovas, pastas de dentes e fios dentais.

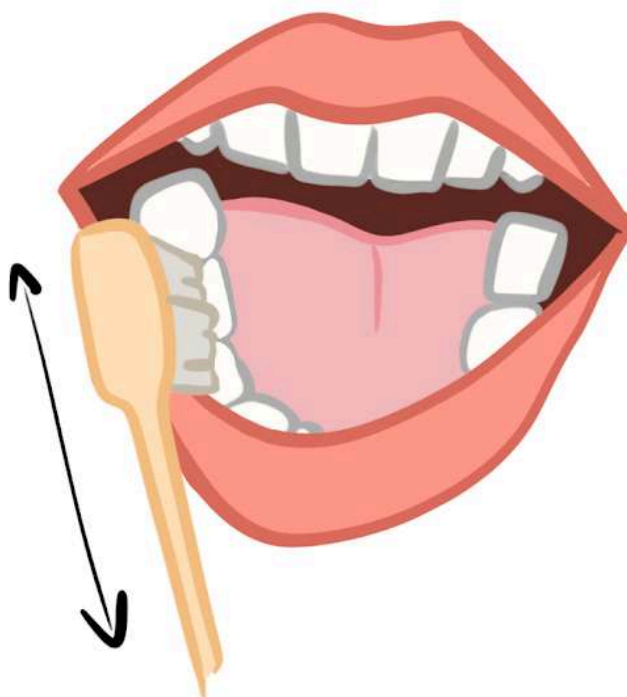
E assim, todos foram em direção à escola do Reino, onde começaram a ensinar às crianças como escovar os dentes. Cada amigo de Gabriel ia explicando esse hábito de higiene para as crianças e demonstrando em si mesmo com sua própria escova de dentes.

— Primeiro, você coloca uma bolinha de pasta de dente com flúor na escova, depois você a encosta a escova nos dentes e faz movimentos de bolinha neles.

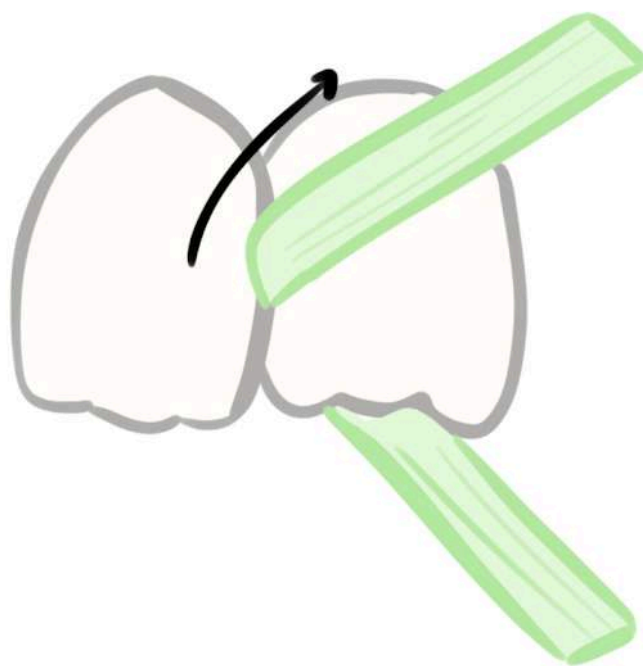
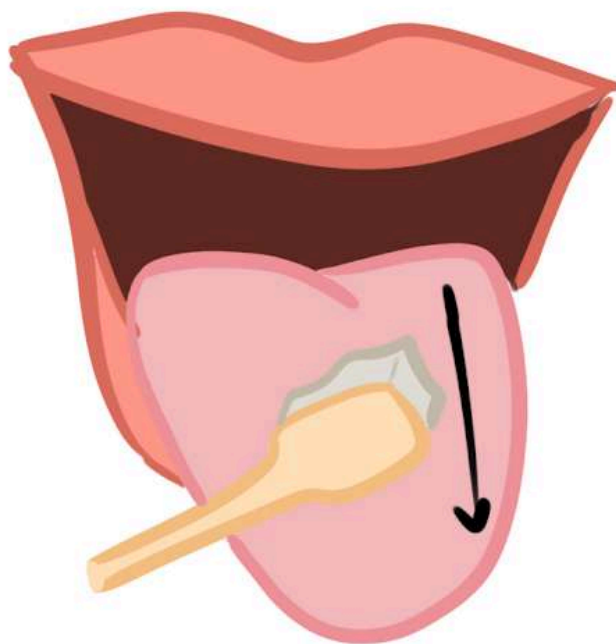




— Aí, você abre a boca e faz os movimentos de trezinho naquela parte em que os dentes se encostam e depois atrás dos dentes. Não precisa fazer força.



— Não se esqueça de escovar a língua passando a escova de cima para baixo e depois use o fio dental abraçando cada dente!



Tudo corria bem até ouvirmos uma voz gritar bem alto:

— Parem! Os dentes dessas crianças são meus!

— Esse deve ser o Cárius! — sussurrou Ester no ouvido de Gabriel.

Gabriel estava muito assustado. O que eles iriam fazer agora? Cárius era um monstro horrível!



AHHHHHHH!

Então, ele ouviu a voz calma e paciente da Tia Carol:

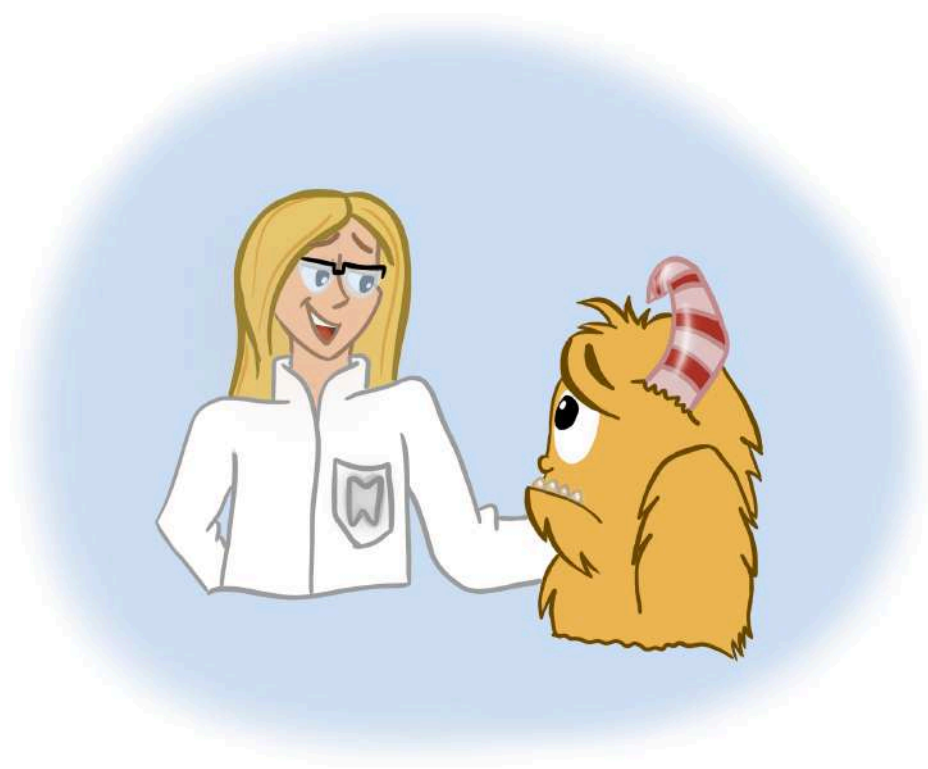
— Sinto muito, Cárius. Talvez os dentes dessas crianças até fossem ser seus antes de o Gabriel e os amigos dele chegarem aqui, mas agora todas as crianças desse Reino sabem escovar os dentes e sabem que comer os doces em excesso faz mal. Então, não tem mais nada que você possa fazer aqui!

— Mas algumas dessas crianças já estão com cárie e os dentes delas já são meus! — disse Cárius furioso.

— É por isso que a Tia Carol está aqui! Ela é dentista e pode cuidar da gente com os instrumentos dela — falou Gabriel em um ato de coragem.

— Não! Eu vou encontrar outras crianças e novos dentes para comer — gritou Cárius.

— Cárius, você não vai vencer nunca! Iremos salvar todas as crianças com nossas escovas, pastas e fios para derrotar você — declarou Tia Carol.



E assim, todas as crianças gritaram e correram atrás do Cárius, que fugiu e nunca mais foi visto.

FIM

