

## IMPACTO DOS HÁBITOS ALIMENTARES NA SAÚDE BUCAL DE CRIANÇAS

**Gabriela Marcolino Ferreira<sup>1</sup>**  
**Lara de Souza Pigaiane<sup>1</sup>**  
**Marcela Martins Pereira<sup>1</sup>**  
**Mel Anunzzi Barros Souza<sup>1</sup>**  
**Jéssica Cristina Avelar<sup>2</sup>**  
**Marina de Cássia Silva<sup>2</sup>**  
**Sthefane Brandão Barbosa<sup>2</sup>**

[jéssicacavelar@hotmail.com](mailto:jéssicacavelar@hotmail.com)

**ÁREA DE CONHECIMENTO:** Ciências da Saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** saúde bucal; comportamento alimentar; dieta.

### INTRODUÇÃO

A cárie dentária é considerada uma doença infectocontagiosa de etiologia multifatorial, desenvolve-se principalmente pelo consumo de carboidratos, bem como, pela falta ou incapacidade de boa higiene bucal, aspectos sociais, econômicos e o nível de conhecimento dos pais também podem ser determinantes para a doença cárie e condição da saúde bucal da criança (BARBOSA, *et al.*, 2021; VIEIRA e KARBAGE, 2011). A introdução alimentar e higienização oral devem ser instruídas pelos pais que devem receber orientações o quanto antes. Desde o pré-natal odontológico as mães devem ser orientadas pelos cirurgiões dentistas, para que os hábitos alimentares e de higienização vire rotina, para mais tarde ser implementados na criança. Segundo Máximo *et al* (2021), a educação em saúde inclui ações que enfocam o conhecimento dos processos saúde-doença, englobando riscos à saúde bucal e fatores de proteção. A consciência das boas práticas leva à incorporação e/ou mudanças de hábitos e aceitação de novos valores, que estão relacionados à manutenção de um estado de bem-estar e melhoria da qualidade de vida e prevenção de possíveis doenças. Estudos mostram que além da sacarose, a maltose, frutose e o amido, principalmente o cozido são fontes alimentares cariogênicas e fundamentais para instalação da doença cárie. A quantidade e a frequência da ingestão dessas fontes também são relevantes. Outro aspecto considerado é a textura do alimento, quanto mais pegajoso e aderente maior a metabolização das bactérias e assim maior a liberação de ácidos

<sup>1</sup> Acadêmicos do curso de Odontologia-Centro Universitário UNIVÉRTIX-Matipó

<sup>2</sup> Doutora e mestre pela Universidade Federal de Juiz de Fora, professora e coordenadora do curso de odontologia do Centro Universitário Vértice-UNIVÉRTIX.

<sup>2</sup> Especialista e professora do curso de Odontologia do Centro Universitário Vértice- UNIVÉRTIX

<sup>2</sup> Cirurgiã-Dentista pela UFF, professora do curso de Odontologia do Centro Universitário Vértice-UNIVÉRTIX.

na estrutura dentária, levando a desmineralização do elemento (PARRAS e CAMPOS, 2009). Portanto, os estudos mostram que mudanças nos hábitos alimentares e de higienização bucal adequada, juntamente com instruções dos pais e visitas regulares ao dentista tem grande relevância na construção de hábitos saudáveis e consequentemente resulta-se em uma qualidade de saúde bucal.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica realizado em junho de 2022 através de uma busca ativa em plataformas científicas Google acadêmico e Scielo tendo como descritores: saúde bucal; comportamento alimentar; dieta. Foram identificados aproximadamente 5405 artigos e destes selecionados seis periódicos cujo assunto correlacionou o Impacto dos hábitos alimentares na saúde bucal de crianças. Os critérios de inclusão basearam-se em artigos cujo conteúdo possuísem a relação dos hábitos alimentares, o efeito do mesmo na saúde bucal das crianças e a forma de intervenção para melhora da dieta e consequentemente da saúde bucal.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Segundo Ryba *et al.* (2021), a construção de hábitos alimentares saudáveis auxilia na saúde bucal e geral resultando em uma melhor qualidade de vida para as crianças e para os pais. De acordo com o Ministério da Saúde, a introdução de alimentos deve ser feita de forma lenta e aos poucos, sendo introduzidos de forma segura do ponto de vista higiênico-sanitário. Os alimentos processados industrialmente devem ser evitados ou consumidos em menor quantidade enquanto for possível controlar a alimentação da criança, uma alimentação saudável deve valorizar alimentos in natura ou minimamente processados como arroz, feijão, frutas, legumes e verduras. Estudos apontam que mães que receberam instruções odontológica durante a gestação apresentaram maiores cuidados na saúde bucal de seus filhos, além disso o grau de escolaridade, condição socioeconômica também foram fatores determinantes para uma melhor qualidade em saúde bucal (RIGO, DALAZEN e GARBIN, 2016). Pode-se considerar ainda, que crianças que vivem sem ter um acompanhamento familiar, como em abrigos, apresenta prejuízos no seu desenvolvimento e dificuldades de conduzir hábitos rotineiros de higienização e alimentação devido o cuidador ficar em função de várias outras crianças. Sendo assim, a condição bucal desse grupo de crianças fica prejudicada e apresenta um elevado índice de cárie (VIEIRA e KARBAGE, 2010). Estudos demonstram que a dieta alimentar e o estado nutricional de um indivíduo afetam diretamente a saúde bucal, principalmente em defeitos na estrutura e na formação dos dentes. A forma como a criança irá adquirir os hábitos alimentares irá determinar sua rotina por toda sua vida e consequentemente irá afetar a saúde bucal ou não. Portanto, a cárie é resultado de distúrbios sociais e culturais e a compreensão da causa da doença reformulou o foco do planejamento de ações preventivas públicas que adotaram formas que sejam eficazes na diminuição da desigualdade social, no aumento da renda e qualidade do nível educacional, resultando em uma melhor higienização bucal.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os hábitos alimentares e a higienização correta é um fator determinante para a saúde bucal, sendo assim fica claro que o estilo de vida, fatores socioeconômicos e grau de escolaridade dos pais determinará a qualidade da saúde bucal de seus filhos. Fica claro que dentre outros fatores a visita regular ao dentista é de grande importância para o acompanhamento e desenvolvimento saudável dos elementos dentários das crianças, evitando assim prejuízos aos elementos permanentes devido alguma má formação e a doença cárie pelos impactos de uma alimentação não saudável.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, A. B.; RIBEIRO, B. R.; NOGUEIRA, I. L.; Impacto do consumo alimentar na saúde bucal. **Revista Ibero- Americana de humanidades, ciências e educação- REASE**. São Paulo, v.7, n.12, p. 2675-3375, dezembro, 2021.

MÁXIMO, S. S.; AGUIAR, C. S.; PINCHEMEL, E. N. B.; A importância da educação em saúde bucal de pais e educadores como fator de impacto na saúde bucal da criança: Uma revisão de literatura. **Id on Line Rev. Psic.** Bahia, v.15, n.58, p. 76-87, dezembro, 2021.

PARRA, A. C.; CAMPOS, J. A. D. B.; Hábitos alimentares e saúde bucal. **Revista UNINGÁ**. Maringá, n.21, p. xx-xx, julho-setembro, 2009.

RIGO, L.; DALAZEN, J.; GARBIN, R. R.; Impacto da orientação odontológica para mães durante a gestação em relação à saúde bucal dos filhos. **Einstein**. Passo Fundo, v.14, n.2, p.219-25, 2016.

RYBA, E. J. S.; SANTOS, J. R. S.; FAVRETTO, C. O.; Impactos dos hábitos alimentares na saúde bucal das crianças: revisão de literatura. **Rev. Saúde Mult.** Goiás, v.10, n.2, p.34-41, setembro, 2021.

VIEIRA, A. P. F.; KARBAGE, J. P.; Impacto da atenção odontológica na saúde bucal de crianças. **RBPS**. Fortaleza, v.24, n.1, p. 10-15, janeiro-março, 2010.