

O PAPEL DA DIETA NA INCIDÊNCIA DE CÁRIE DENTÁRIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

THE ROLE OF DIET IN THE INCIDENCE OF DENTAL CARIES: A LITERATURE REVIEW

Welinton Schuh¹; Igor Greik Agnoletto¹; Luciano Adelino Giacon¹; Dayse Locateli¹; Camila Lago¹; Ângelo Pedro Parisotto¹; Flavia Maria Giusti Azevedo¹

¹Unidade Central de Educação FAEM Faculdade – UCEFF/ Chapecó, SC, Brasil.

Autor correspondentes: Flávia Maria Giusti Azevedo (e-mail: flavia@uceff.edu.br)

Este estudo tem como objetivo descrever o papel da dieta, especialmente o consumo de açúcares livres, na incidência de cárie dentária. Foi realizada uma revisão de literatura na base de dados PubMed, utilizando os termos "diet AND dental caries" e "sugar consumption AND oral health". Foram incluídos artigos publicados entre 2015 e 2023, em inglês e português, que abordavam a relação entre dieta e cárie dentária em humanos. Estudos que não envolviam essa temática ou focavam em intervenções clínicas não dietéticas foram excluídos. Foram revisados 25 artigos que discutiam o impacto de dietas ricas em açúcares no desenvolvimento de cáries. A literatura aponta que o consumo elevado de açúcares livres está diretamente associado ao aumento da prevalência de cárie dentária, com evidências robustas de que uma dieta desequilibrada contribui para a desmineralização do esmalte. Além disso, a acessibilidade limitada a alimentos saudáveis e a falta de educação nutricional foram identificadas como barreiras para a prevenção eficaz da cárie. Conclui-se que a dieta tem um papel central na etiologia da cárie dentária, e que estratégias preventivas devem focar em reduzir o consumo de açúcares e promover uma alimentação saudável.

Palavras-chave: cárie dentária, dieta, açúcares, saúde bucal, prevenção.