

CÁRIE E DIETA

Autores: ZUGE, Rogério; DALLA SANTA, Eduardo

Orientadores: ROSA, Roberta Tagliari; HACK-COMUNELLO, Soraia Mariá

Área das Ciências Biológicas e da Saúde

A cárie dentária caracteriza-se como uma doença infectocontagiosa, de caráter multifatorial, que se não tratada resulta na destruição dos tecidos dentais. Entre os fatores que estão associados ao desenvolvimento da doença cárie, podemos destacar a dieta. Os alimentos são divididos em três grupos: alimentos anticariogênicos, que têm a capacidade de elevar o pH da cavidade bucal, remineralizando a estrutura dental e, conseqüentemente, prevenindo a doença cárie; os alimentos adstringentes, como a maçã e a cenoura, entre outras frutas com casca que têm o poder de limpar a superfície dos dentes durante os movimentos mastigatórios, além de proporcionar um hálito mais fresco; e os alimentos cariogênicos, que se aderem aos dentes, reduzem os níveis de pH na boca por um período prolongado e aumentam a exposição à acidez, fatores esses que geram um ambiente propício para a instalação e o desenvolvimento da cárie dental. Características importantes devem ser observadas em relação aos alimentos, como a adesividade, capacidade que os alimentos apresentam de se aderir à superfície do dente, a qualidade, que define o tipo do alimento, fruta, doce, entre outros e a frequência das refeições. Orientar a população a manter uma dieta saudável e equilibrada, associada a uma boa higiene oral é de extrema importância para a saúde bucal e geral do indivíduo. Sendo assim, o objetivo da confecção do álbum seriado sobre a relação direta da dieta alimentar com o desenvolvimento da cárie dental, é capacitar os agentes comunitários de saúde a repassar à população informações importantes sobre o assunto, de forma clara e objetiva.

Palavras-chave: Dieta. Saúde bucal. Higiene bucal.

eduardods11@hotmail.com

rogezuge@hotmail.com

Categoria III