O IMPACTO DA ALIMENTAÇÃO NA SAÚDE BUCAL

Taciane Cavalcanti Silva da Costa¹; Virginia Rodrigues de Oliveira²; Fernanda Ferreira Souto²; Maria Alice Lopes Pereira3; Larissa Sousa Rangel3; Thalles Gabriel Germano Lima4.

1. Graduanda do Curso de Odontologia, Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU Graças, Recife, PE;

2. Graduanda do Curso de Odontologia, Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU Graças, Recife, PE;

3. Mestranda em Clínica Odontológica com ênfase em Endodontia – Universidade de Pernambuco – UPE, Recife, PE;

4. Mestrando em Periodontia, Centro de Pesquisas Odontológicas São Leopoldo Mandic – SLMandic, Campinas, SP.

Email:taciane.cavalcanti@gmail.com

**RESUMO**

**Introdução:** Diante do cenário atual, em que os dias estão cada vez mais corridos, a maioria das pessoas optam por uma alimentação rápida, com fast food ou industrializados, isso tem resultado em um aumento significativo na população de pessoas com Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Além disso, esses alimentos inadequados interferem na saúde bucal, especialmente os alimentos ricos em carboidratos e açúcares, que são considerados cariogênicos, em conjunto com a falta de uma higiene bucal adequada. **Objetivo:** Analisar por meio da literatura científica o impacto da alimentação na saúde bucal. **Metodologia:** Através de revisão de literatura nas bibliotecas virtuais como a BVS, LILACS, SCIELO, MEDLINE, com estudos publicados de 2020 até 2024, sem restrição de idioma. **Resultados:** Estudos demonstram que as dietas cariogênicas, aliadas à deficiência na higiene bucal, contribuem diretamente para a formação do biofilme dental, o que pode levar ao desenvolvimento da cárie dentária. Isso pode impactar negativamente na qualidade de vida do indivíduo. Além disso, as visitas periódicas ao dentista são fundamentais para a saúde bucal, pois permitem a realização de profilaxias dentárias preventivas, minimizando as chances do surgimento de cáries, doença periodontal, perda de dentes, mau hálito, entre outros problemas. **Conclusão:** A advertência do cirurgião dentista em relação a importância da saúde bucal é essencial para o bem estar dos pacientes, então manter uma rotina de cuidados bucais como escovação, fio dental e cremes dentais rico em flúor é indispensável após as refeições. Além disso, é importante manter uma alimentação equilibrada, reduzindo o consumo de alimentos cariogênicos, consequentemente contribuindo para prevenção de problemas dentários e gengivais.

**Palavras-Chave:** Saúde Bucal. Cárie Dentária. Dieta Saudável.

**Área temática:** Patologia bucal.