

ANÁLISE DO PERFIL ALIMENTAR DE PACIENTES DE UMA CLÍNICA ESCOLA ODONTOLÓGICA DO VALE DO PARAÍBA

ANALYSIS OF THE DIETARY PROFILE OF PATIENTS AT A DENTAL SCHOOL CLINIC IN VALE DO PARAÍBA

Sabrina Vitória da Silva Carvalho Luiz¹, Ana Clara de Souza Oliveira Pedro¹, Maria Vitória Santos de Oliveira Reis¹, Monalisa Moreira da Silva Ribeiro², Fabiana Tavares Lunardi Palhari^{3*}

¹ Discentes do Curso de Odontologia do UniFUNVIC, Centro Universitário FUNVIC, Pindamonhangaba-SP

² Especialista, Docente do Curso de Odontologia do UniFUNVIC, Centro Universitário FUNVIC, Pindamonhangaba-SP

³ Mestre, Docente do Curso de Odontologia do UniFUNVIC, Centro Universitário FUNVIC, Pindamonhangaba-SP

* Correspondência: prof.fabianapalhari.pinda@unifunvic.edu.br

RECEBIMENTO: 25/06/23 - ACEITE: 16/08/23

Resumo

Uma má alimentação associada a uma higiene oral deficiente promove fatores de riscos para a instalação de doenças orais, como a cárie, cuja evolução sem tratamento pode promover situações desagradáveis como até mesmo a perda do elemento dental por tal condição. Saúde bucal e nutrição estão ligadas diretamente, uma vez que a boca é o início do sistema digestivo. Este estudo avaliou o perfil alimentar, o conhecimento e hábitos de pacientes de uma clínica escola, sobre saúde bucal e nutrição. Foi utilizado um questionário com perguntas objetivas em uma amostra de 101 participantes que estavam em atendimento clínico odontológico na clínica escola. Destes, 79,2% sabiam dos riscos que a má alimentação pode trazer para a saúde bucal e sistêmica. Quanto o tipo de escolha alimentar, 63,4% responderam ter uma dieta razoável, enquanto 21,8% julgaram-se ser saudáveis e 14,9% relataram ter uma má alimentação. Sobre a periodicidade de ir ao dentista, 52,5% dos entrevistados responderam ir ao dentista duas ou mais vezes por ano, enquanto 25,7% apenas uma vez ao ano e 21,8% só vão ao dentista quando sentem alguma dor ou desconforto. Sobre a busca ao tratamento odontológico, 58% relataram comparecer para realizar consultas de prevenção e 57,4% alegaram que sempre apresentam lesões de cárie para serem tratadas quando realizam esta visita. Este trabalho demonstrou que a maioria dos entrevistados estavam cientes sobre seus hábitos alimentares e de higiene oral, mas que ainda assim possuem consequências como dores e desconfortos sistêmicos e lesões de cárie nos dentes.

Palavras-chave: Promoção em saúde. Dieta. Cárie dentária.

Abstract

A poor diet associated with poor oral hygiene promotes risk factors for the onset of oral diseases, such as cavities, whose progression without treatment can lead to unpleasant situations such as even the loss of the dental element due to such a condition. Oral health and nutrition are directly linked, as the mouth is the beginning of the digestive system. This study evaluated the dietary profile, knowledge and habits of patients at a teaching clinic regarding oral health and nutrition. A questionnaire with objective questions was used on a sample of 101 participants who were undergoing dental clinical care at the school clinic. Of these, 79.2% were aware of the risks that poor diet can bring to oral and systemic health. Regarding the type of food choice, 63.4% reported having a reasonable diet, while 21.8% considered themselves to be healthy and 14.9% reported having a poor diet. Regarding the frequency of going to the dentist, 52.5% of respondents responded that they go to the dentist two or more times a year, while 25.7% only go to the dentist once a year and 21.8% only go to the dentist when they feel some pain or discomfort. . Regarding the search for dental treatment, 58% reported attending preventive consultations and 57.4% claimed that they always have caries lesions to be treated when they carry out this visit. This work demonstrated that the majority of interviewees were aware of their eating and oral hygiene habits, but that they still have consequences such as systemic pain and discomfort and tooth decay.

Keywords: Health promotion. Diet. Dental cavity.

Introdução

Dentre as cavidades do corpo humano, a oral é a comunicação do meio externo com o interno, além do que faz parte do sistema digestório sendo a primeira etapa da digestão.¹ A escolha dos alimentos exerce influência direta na cavidade oral, e dentre muitas, pode se destacar: a cárie dental e a erosão dentária. Doenças essas multifatoriais, que envolvem aspectos alimentares, físicos, químicos, psíquicos e comportamentais.^{1,2}

A cárie dentária relaciona-se com o padrão alimentar, sobrepeso e excessivo uso de açúcar por meio de bebidas adoçadas e doces industrializados, podendo ser, portanto, evitável.¹ Os benefícios de uma boa alimentação e o controle da dieta reduzem doenças como a obesidade, cardiopatias, diabetes, aterosclerose, além de doenças bucais como a cárie e a erosão.^{3,4}

A doença cárie ainda é a mais prevalente no mundo, apesar de muita divulgação que a mídia promove, salientando que ainda há necessidade de abordagens preventivas em todos os níveis de saúde no país.^{5,6} A promoção de saúde tem grande fator de influência sobre o indivíduo, sendo capaz de transmitir a gerações a importância dos cuidados à saúde nutricional, bem-estar físico e uma boa qualidade de vida por meio de uma ótima saúde bucal.⁷

Este trabalho teve como objetivo avaliar as práticas alimentares e higiene oral de pacientes de uma clínica escola odontológica na cidade de Pindamonhangaba-SP.

Método

Esta pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética sob o número 5.934.894. Tratou-se de um estudo transversal, observacional e descritivo, para o qual foi utilizado um questionário aplicado pelos autores a pacientes atendidos na clínica de Odontologia do UniFUNVIC, Centro Universitário FUNVIC, na cidade de Pindamonhangaba-SP. Tratou-se de uma amostra de conveniência, uma vez que os pacientes foram convidados a responder o formulário. As questões foram objetivas, com dados sociais do indivíduo (sexo, idade, município que reside) e sobre o conhecimento em relação ao tipo da alimentação e hábitos de higiene oral. Todos os dados obtidos foram organizados em uma planilha de *Excel* e analisados por distribuição simples.

Resultados

Foram entrevistados um total de 101 participantes, dos quais 73,3% eram do gênero feminino, que reflete a maior porcentagem deste gênero em atendimento clínico odontológico nessa instituição. A média de idade dos respondentes foi de 39 anos, a maioria residia no município de Pindamonhangaba- SP. O estado civil dos voluntários da pesquisa predominante em 49,5% era de casados e 37,6% solteiros.

Em relação ao conhecimento sobre os riscos que a má alimentação pode exercer na saúde bucal e geral das pessoas, 79,2% dos respondentes afirmaram que sabiam dos riscos, conforme ilustra a Figura 1.



Figura 1. Conhecimento sobre os riscos que a má alimentação pode causar na saúde bucal e geral dos pacientes que responderam o questionário (N=101)

Quando questionados sobre como se autojulgavam com relação a alimentação, conforme a Figura 2, 63,4% responderam ter uma dieta razoável, enquanto 21,7% julgou-se ser saudável e 14,9% relataram ter má alimentação.



Figura 2. Resposta dos entrevistados sobre como avaliam sua própria alimentação (N=101)

Ao serem perguntados sobre a ingestão de bebidas, 53% dos entrevistados responderam que ingerem refrigerante, energéticos e ou bebidas isotônicas semanalmente, 21% ingerem diariamente, sendo 4% destes de 2 a 3 vezes por dia, em contrapartida, 22% responderam que nunca ingerem. Em relação à ingestão de sucos naturais, 51,5% responderam que ingeriam semanalmente, 35,6% diariamente sendo que 3% destes ingerem mais de 3 vezes ao dia, e 8,9% que responderam que nunca ingerem.

Sobre o sabor de suco natural que mais ingerem 58,3% responderam ser de limão, 42,7% de maracujá, enquanto 1% respondeu não consumir. Os sucos com pH mais ácidos foram os mais citados na pesquisa, conforme a Figura 3.



Figura 3. Resposta dos entrevistados sobre o sabor dos sucos mais consumidos (N=101)

Com relação a ingestão de bebidas alcoólicas 59% responderam que consumiam, sendo 2% destes com ingestão diária, enquanto 39% não faziam o consumo. Quando questionados sobre qual classe de bebidas alcoólicas faziam a ingestão, 79% dos entrevistados responderam consumir cerveja, conforme ilustrado na Figura 4.

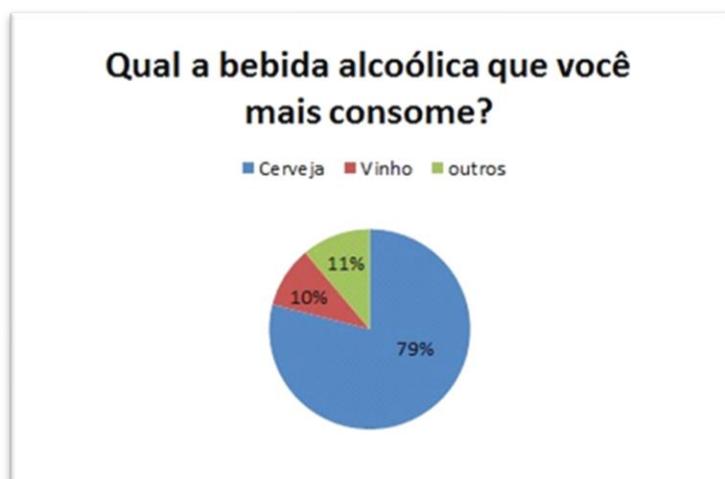


Figura 4. Resposta dos entrevistados sobre consumo de bebidas alcoólicas (N=101)

Ao serem perguntados sobre alguma alteração gástrica, 24,8% dos respondentes alegaram apresentar algum desconforto e ou patologias estomacais. Quando questionados sobre a frequência que apresentavam refluxos ou vômitos, apenas 12% responderam apresentar semanalmente.

Com relação às respostas relacionadas aos hábitos de higiene bucal, 67,3% dos entrevistados relataram realizar a escovação dos dentes de duas a três vezes ao dia, 26,7% realizam três vezes ao dia e 6% apenas uma vez ao dia, conforme a Figura 5.

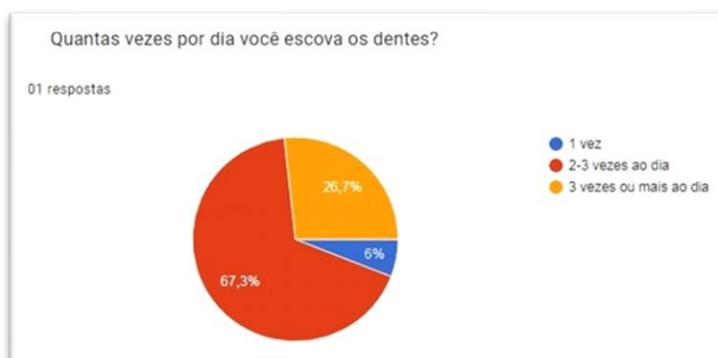


Figura 5. Respostas dos entrevistados sobre frequência de escovação dos dentes (N=101)

Em relação ao uso de bochechos fluoretados 45% responderam não realizar, 26% responderam que utilizam diariamente e 29% realizam semanalmente.

Quando questionados sobre o uso do fio dental pelo menos uma vez ao dia, 59,4% alegaram que realizam o uso, 16,8% responderam que não fazem uso e 23,8% fazem uso às vezes, conforme representado na Figura 6.

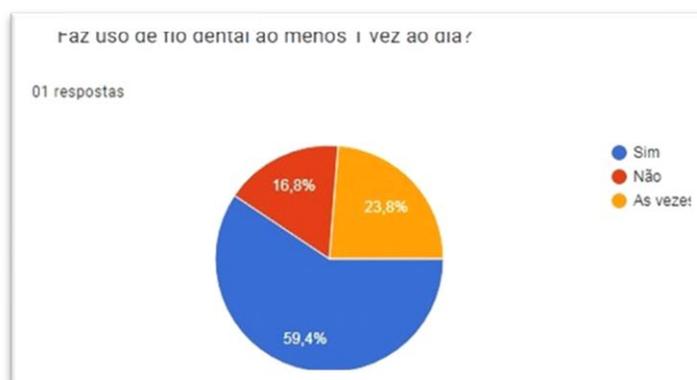


Figura 6. Resposta dos entrevistados sobre hábito de passar o fio dental nos dentes pelo menos uma vez ao dia (N=101)

Os dados obtidos demonstraram que 52,5% dos entrevistados responderam ir ao dentista duas ou mais vezes ao ano, enquanto 25,7% apenas uma vez ao ano e 21,8% só vão ao dentista quando sentem alguma dor ou desconforto, conforme a Figura 7.

Quando questionados sobre apresentarem lesão de cárie quando comparecem ao dentista, 42,6% alegaram que sim e 57,4% responderam que não, conforme demonstrado na Figura 8.

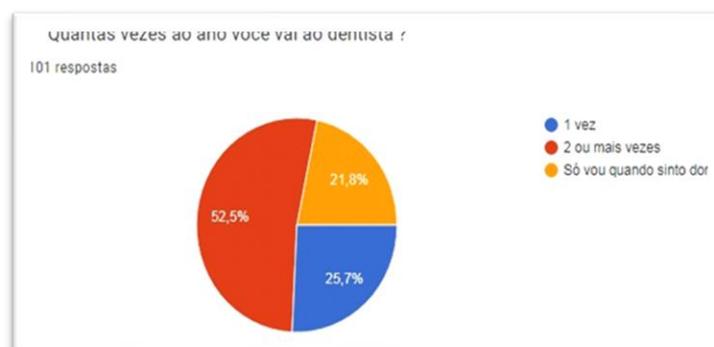


Figura 7. Resposta dos entrevistados sobre quantas vezes vão ao dentista por ano (N=101)

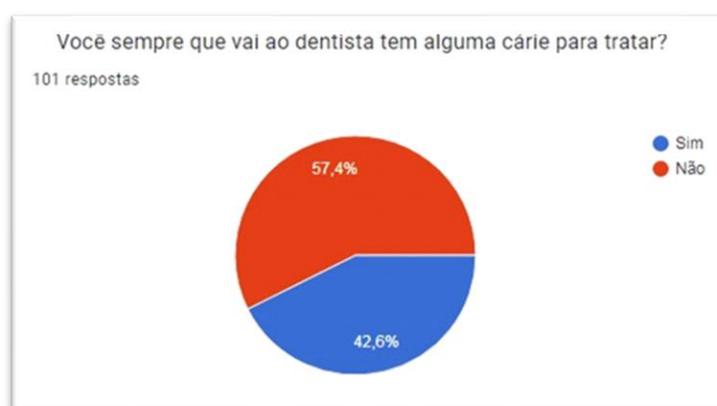


Figura 8. Resposta dos entrevistados sobre apresentarem lesões de cárie ao irem ao dentista (N=101)

Discussão

Sabe-se que a saúde bucal tem uma representatividade considerável para a saúde sistêmica, autoestima e na forma do indivíduo na inserção da sociedade como, por exemplo, empregos, amizades e relacionamentos.¹ Além disso, a função correta do sistema estomatognático influencia na digestão correta dos alimentos e todo processo nutritivo para o corpo, na respiração correta e na fonação.²

O presente estudo questionou sobre a qualidade da alimentação dos participantes e 63,7% consideram ter uma alimentação razoável, onde os hábitos de consumo de doces, frituras e *fast food* não são constantes, porém observou-se um grande índice de ingestão de bebidas ácidas e fermentadoras que podem colaborar para o desenvolvimento de lesões cariosas e não cariosas nos dentes. Monteiro et al.⁸ e Ryba et al.³ citaram que a escolha de uma má alimentação pode ocasionar muitas consequências desde a infância até a vida adulta, dentre elas estão a obesidade, a cárie, doenças cardiovasculares, diabetes e até mesmo o câncer.

Quanto ao consumo de refrigerantes, o presente estudo apresentou que 53% dos entrevistados ingerem refrigerante, energéticos e ou bebidas isotônicas semanalmente, 21% ingerem diariamente, sendo 4% destes de 2 a 3 vezes por dia. Inchingolo et al.⁹ citaram que os alimentos e bebidas ácidas, com seu baixo pH, desempenham um papel fundamental no desenvolvimento da erosão, e em seus resultados apontaram que o

risco de cárie e de erosões dentárias estão associados a quantidade e frequência de ingestão de bebidas como refrigerantes, energéticos e bebidas isotônicas. Em corroboração, estão os resultados de Oliveira et al.¹⁰ que apresentaram que aqueles que possuíam o hábito de ingestão de bebidas gaseificadas todos os dias, possuíam maior tendência a obesidade.

Sobre serem portadores de alterações gástricas, 24,8% alegaram que apresentavam alguma alteração, e 12% responderam apresentar semanalmente algum tipo de refluxo ou vômito. Foratori et al.² e Teshome et al.¹¹, abordaram que a qualidade de vida de indivíduos com maus hábitos alimentares é inferior, pois apresentam maior cansaço, infecções agudas e crônicas, perturbação do sono, dor e desconforto abdominal.

Os dados obtidos sobre a motivação e frequência que os participantes iriam ao dentista demonstraram que 52,5% comparecem duas ou mais vezes por ano ao dentista, e que 58% compareciam para realizar consultas de prevenção à saúde bucal. Sartori⁴ abordou em seu estudo que a prevenção odontológica deve ser iniciada muito mais cedo com qualidade e eficácia, pois a ingestão de sacaroses tem sido introduzida muito mais precocemente na alimentação das pessoas, o que leva intimamente se não houver uma boa higienização da cavidade oral, uma maior incidência de cáries.

Apesar de mais da metade dos pacientes relatarem visitas regulares ao consultório odontológico, 57,4% relataram apresentar cáries recorrentes. Segundo Sartori⁴ as principais alterações bucais devido à má alimentação podem ser: lesões cariosas, alterações periodontais, aumento das glândulas parótidas, xerostomia, inflamação do palato e atrofia das papilas gustativas. Em corroboração, Castilho et al.¹² expuseram que várias lesões de cárie e alta taxa de prevalência da doença pode causar dificuldade de alimentação, que gera a perda de peso, dor, desconforto, diminuindo drasticamente a qualidade de vida.

Chaves e Chaves¹³ e Teixeira et al.¹⁴ apontaram que a obesidade está intimamente ligada a problemas bucais como as lesões de cárie, e que ressaltam a necessidade de uma atenção integrativa de profissionais nutricionistas e cirurgiões dentistas para realização de ações preventivas e educativas principalmente considerando a população socioeconomicamente mais vulnerável.

Couto et al.⁵ e Melo et al.⁷ descreveram que deve haver uma abordagem multidisciplinar com nutricionistas, dentistas e médicos no atendimento de crianças, jovens e adultos, a fim de reduzir problemas futuros de saúde pública como doenças cardiovasculares, obesidade, desnutrição e cárie dental. Oliveira et al.¹⁵ apresentaram que a interação de famílias com as crianças em projetos educativos é de extrema importância para a perpetuação de bons hábitos de higiene bucal.

Embora os resultados encontrados reflitam a relação entre a alimentação e a saúde bucal, eles não permitem comparar padrões alimentares e higiene oral, pois cada paciente apresentava um tipo individual de alimentação e sua condição bucal pode estar também relacionada à tratamentos odontológicos não realizados não sendo padronizadas as amostras. Sugere-se mais estudos neste sentido.

Conclusão

Concluiu-se que a grande maioria dos entrevistados estava ciente sobre seus hábitos alimentares e de higiene oral, mas que ainda assim possuem consequências como dores, desconfortos sistêmicos e lesões de cárie nos dentes. Esses achados reforçaram a importância da ampla informação sobre nutrição e hábitos de higiene bucal, além de mais programas de prevenção em saúde bucal e de conscientizações de hábitos alimentares nas escolas, redes públicas e privadas de saúde.

Referências

1. Barbosa AB, Ribeiro BR, Nogueira IL. O impacto do consumo alimentar na saúde bucal. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*. 2021;7(12):2675-3375. DOI: doi.org/10.51891/rease.v7i12.3385.
2. Foratori GA, Zabeu GS, Wang L. O impacto da alimentação na saúde bucal: desafios atuais. *Programa Educativo e Social JC na Escola: Ciência Alimentando o Brasil*. 2018;2:25-36.
3. Ryba EJS, Santos JRS, Favretto CO. Impactos dos Hábitos Alimentares na Saúde Bucal da Criança: Revisão de Literatura. *Revista Saúde Multidisciplinar*. 2021;10(2):34-41. DOI: https://doi.org/10.53740/rsm.v10i2.243.
4. Sartiri LA. Relação entre alimentação deficiente e saúde bucal em crianças e adolescentes. *Revista da ACBO*. 2022;11(1):18-23.
5. Couto VESC, Neto FNS, Junior HBQ, Fraga EGS. A influencia da alimentação na cárie dental. *Mostra Científica da Farmácia*. 2017;3(1):1-5.
6. Novaes JPA, Justo GF, Junior MFS, Cavaca AG, oliveira AE. Análise qualitativa de notícias veiculadas na mídia impressa sobre dieta alimentar e saúde bucal. *Rev Bras Pesq Saúde*. 2018;20(2):8-15.
7. Melo APR, Nascimento TG, Miranda LM, Silva MSP, Borba MC, Katz RT. Estado nutricional, hábitos alimentares e saúde bucal em um grupo de escolares. *Rev Bras Ci Saúde*. 2019;23(4):555-62. DOI: org/10.22478/ufpb.2317-6032.2019v23n4.37987.
8. Montero J, Costa J, Bica I, Barrios R. Caries and quality of life in portuguese adolescents: Impact of diet and behavioural risk factors. *J Clin Exp Dent*. 2018 Mar 1;10(3):e218-e223. doi: 10.4317/jced.54469. PMID: 29721221; PMCID: PMC5923895.
9. Inchingolo, AM, Malcangi, G, Ferrante, L, Del Vecchio, G, Viapiano, F, Mancini, A et al. Damage from Carbonated Soft Drinks on Enamel: A Systematic Review. *Nutrients*. 2023;15(1785):1-18. DOI:org/10.3390/ nu15071785.
10. Oliveira CTA, Vieira IKC, Barreto MK, Nunes JPA, Oliveira FLG. Hábitos alimentares de alunos de uma turma do 8º ano do ensino fundamental. *Open Science Research XI*. 2023;11:669-78. DOI: 10.37885/230312445.
11. Teshome A, Muche A, Girma B. Prevalence of Dental Caries and Associated Factors in East Africa, 2000-2020: Systematic Review and Meta-Analysis. *Front Public Health*. 2021 Apr 29;9:645091. doi: 10.3389/fpubh.2021.645091. PMID: 33996722; PMCID: PMC8116500.
12. Castilho, COS, Barbosa, CCN, Mello, CM, Barbosa, OLC. Cárie na primeira infância e o impacto na qualidade de vida. *Revista Pró-univerSUS*. 2023;14(1):83-8. DOI: 10.21727/rpu.14i1.3375.
13. Chaves MCR, Chaves MECR. Obesidade Infantil e a incidência de cárie dentária. *Research, Society and Development*. 2023;12(3):e16112340599. DOI: 10.33448/rsd-v12i3.40599.
14. Teixeira AMA, Souza AL, Mendonça ICG. Abordagem terapêutica em lesões cariosas. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*. 2023;23(5):e12735. DOI: https://doi.org/10.25248/reas.e12735.
15. Oliveira SB, Gomes PHP, Silva LMN, Duarte TSA, Gonçalves ACR, Moura C, et al. O papel da extensão na atenção em saúde bucal e a interrelação escola/família. *Caderno Impacto em Extensão*. 2023;3(1):1-5.