

Dieta e carie dentale: Articoli e raccomandazioni fondamentali

American Academy of Pediatric Dentistry. Policy on Dietary Recommendations for infants, children and adolescents. 2017. Available at aapd.org/globalassets/media/policy_guidelines/p_recdietary.pdf. Accessed Oct. 13, 2020.

American Academy of Pediatrics. Policy statement: Breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics* 2012;129:e827-41.

Heyman MB, Abrams SA. Fruit juice in infants, children, and adolescents: current recommendations. *Pediatrics* 2017;139:e20170967.

IAPD Bangkok. Declaration: Early Childhood Caries. *Int J Paed Dent* 2019;29:384-6.

Moynihan P. Sugars and dental caries: evidence for setting a recommended threshold for intake. *Av. Nutr.* 2016;7:149-156.

Schwendicke F, Thomson WM, Broadbent JM. Effects of taxing sugar-sweetened beverages on caries and treatment costs. *J Dent Res* 2016;95:1327-33.

Sheiham A, James WPT. Diet and dental caries: the pivotal role of free sugars reemphasized. *J Dent Res* 2015;94:1341-47.

Tham R, Bowatte G, Dharmage SC et al. Breastfeeding and the risk of dental caries: A systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatrica* 2015;104:62-84.

Vos MB, Kaar JL, Welsh JA, Van Horn LV, et al. Added sugars and cardiovascular risk in children. *Circulation* 2017;135:e1017-34.

World Health Organization. Guideline: Sugars intake for adults and children. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2015. Available at: "http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/149782/1/9789241549028_eng.pdf?ua=1". Accessed Jan 4, 2020.

Concetti di base

Il consumo di zuccheri liberi (ovvero gli zuccheri aggiunti agli alimenti e alle bevande e quelli naturalmente presenti nel miele, negli sciroppi, nei succhi di frutta e nei concentrati di succo di frutta) ha una responsabilità cruciale per lo sviluppo della carie dentale nei bambini, nonché per il rischio di future malattie cardiovascolari, diabete e obesità.

L'evidenza di studi di coorte dimostra che l'età in cui lo zucchero viene introdotto nel bambino e la frequenza del suo consumo sono fattori critici per il rischio di carie dentale. Inoltre, il consumo di alimenti e bevande zuccherate nel primo anno di vita è fortemente associato all'incidenza della carie negli anni successivi.

Raccomandazioni IAPD

1. Secondo le linee guida del Comitato per la nutrizione dell'OMS, per ridurre il rischio di carie dentale l'assunzione di zucchero dovrebbe essere inferiore al 5% dell'apporto energetico (meno di 16 grammi di zucchero - 4 cucchiaini - al giorno per i bambini di età compresa tra 4 e 8 anni).

Raccomandazione basata sul consenso > Accordo globale 89%

2. L'allattamento al seno nella prima infanzia può proteggere dalla carie dentale, ma se prosegue dopo i 12 mesi può aumentare il rischio di carie.

Raccomandazione basata sul consenso > Accordo globale 89%

3. I biberon o i contenitori chiusi non devono essere utilizzati per somministrare ai bambini bevande con zuccheri aggiunti (liberi). Per evitare la suzione nutritiva nel corso della notte, i biberon non devono

essere lasciati nella culla.

Dichiarazione basata sul consenso > Accordo globale 89%

4. Secondo l'American Academy of Pediatrics, i succhi di frutta offrono pochi benefici nutrizionali e sono sconsigliati per i bambini di età inferiore a 1 anno. Per i bambini di 1-3 anni, l'assunzione di succo di frutta dovrebbe essere limitata a non più di 120 ml al giorno; per i bambini di 4-6 anni, a non più di 180 ml al giorno.

Raccomandazione basata sul consenso > Accordo globale 83%

5. Gli Odontoiatri ed i professionisti afferenti al mondo odontoiatrico devono impegnarsi in azioni di sensibilizzazione per ridurre la quantità e l'elevata frequenza di assunzione di alimenti e bevande contenenti zucchero.

Dichiarazione basata sul consenso > Accordo globale 100%