

Dieta și Cariile Dentare: Articole de Fond și Recomandări

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.

Introducere

Consumul de zaharuri libere (zahăr adăugat în alimente și băuturi, precum și zaharuri prezente în mod natural în miere, siropuri, sucuri de fructe și concentrate de suc de fructe) joacă un rol critic în dezvoltarea cariilor dentare la copii, fiind asociat și cu riscul apariției în viitor a bolii cardiovasculare, diabetului și obezității, Studiile de cohortă indică

faptul că vârsta la care zahărul este introdus în alimentația copilului și frecvența consumului sunt factori esențiali în ceea ce privește riscul la carie. Consumul de alimente și băuturi îndulcite în primul an de viață este puternic asociat cu incidența cariilor în anii următori.

Recomandările IAPD

1. Conform Comitetului pentru Ghiduri Nutriționale al OMS, pentru a reduce riscul de carii dentare, aportul de zahăr ar trebui să fie mai mic de 5% din energia totală consumată (mai puțin de 16 grame de zahăr, adică 4 lingurițe pe zi), pentru copiii cu vârste între 4-8 ani.

Recomandare bazată pe consens > Acord global: 89%

2. Alăptarea la copiii mici poate oferi protecție împotriva cariilor dentare, dar continuarea acesteia după vârsta de 12 luni poate crește riscul de carii.

Recomandare bazată pe consens > Acord global: 89%

3. Biberoanele sau recipientele închise nu trebuie utilizate pentru a oferi copiilor băuturi cu zahăr adăugat (liber). Pentru a evita hrănirea pe parcursul

noptii, biberoanele nu trebuie lăsate în pătuț.

Declarație bazată pe consens > Acord global: 89%

4. Conform Academiei Americane de Pediatrie, sucurile de fructe au puține beneficii nutriționale și nu sunt recomandate pentru copiii sub 1 an. Pentru copiii între 1-3 ani, consumul de suc ar trebui limitat la maximum 120 ml pe zi, iar pentru cei între 4-6 ani, la maximum 180 ml pe zi.

Recomandare bazată pe consens > Acord global: 83%

5. Profesioniștii din stomatologie trebuie să se implice în campanii care au ca scop reducerea cantității și frecvenței ridicate a consumului de alimente și băuturi care conțin zahăr.

Declarație bazată pe consens > Acord global: 100%