

Diyet ve Diş Çürüğü: Temel Makaleler ve Öneriler

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.

Arka Plan

Serbest şekerlerin (yiyecek ve içeceklere eklenen şekerler ile bal, şuruplar, meyve suları ve meyve suyu konsantrelerinde doğal olarak bulunan şekerler) tüketimi, çocuklarda diş çürüğü gelişimi açısından olduğu kadar gelecekteki kardiyovasküler hastalık, diyabet ve obezite riskleri açısından da kritik öneme sahiptir. Kohort çalışmalarından elde edilen kanıtlar,

şekerin çocuğun diyetine dahil edildiği yaşın ve tüketim sıklığının diş çürüğü riski açısından kritik faktörler olduğunu göstermektedir. Ayrıca, yaşamın ilk yılında tatlandırılmış yiyecek ve içeceklerin tüketimi, sonraki yıllarda çürük insidansı ile güçlü biçimde ilişkilidir.

IAPD Önerileri

1. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) Beslenme Komitesi Kılavuzu'na göre, diş çürüğü riskini azaltmak için şeker alımı, günlük enerji alımının %5'inden daha az olmalıdır [4-8 yaş arası çocuklar için günde 16 gramdan (4 çay kaşığı) daha az].

Konsensüse dayalı öneri > Küresel uzlaş: %89

2. Bebeklik döneminde emzirme diş çürüğüne karşı koruyucu olabilir, ancak 12 aydan sonra devam etmesi çürük riskini artırabilir.

Konsensüse dayalı öneri > Küresel uzlaş: %89

3. Eklenmiş (serbest) şeker içeren içecekleri çocuklara vermek için biberon veya kapalı kaplar kullanılmamalıdır. Gece boyunca beslenmeyi önlemek için biberon-

lar beşiğin içinde bırakılmamalıdır.

Konsensüse dayalı bildiri > Küresel uzlaş: %89

4. Amerikan Pediatri Akademisi'ne göre meyve sularının besin açısından faydaları sınırlıdır ve 1 yaş altındaki çocuklar için önerilmez. 1-3 yaş arası çocuklar için meyve suyu tüketimi günde en fazla 120 ml ile; 4-6 yaş arası çocuklar için ise en fazla 180 ml ile sınırlandırılmalıdır.

Konsensüse dayalı öneri > Küresel uzlaş: %83

5. Diş hekimleri, şeker içeren yiyecek ve içeceklerin tüketim miktarını ve tüketim sıklığını azaltmaya yönelik savunuculuk çabalarına dâhil olmalıdır.

Konsensüse dayalı bildiri > Küresel uzlaş: %100