

## Influência dos hábitos alimentares na saúde bucal de crianças em idade escolar: uma revisão de literatura.

### Influence of eating habits on the oral health of school-aged children: a literature review.

Marina Estumano Pompeu dos Santos <sup>1</sup> ; Lara Carolina D'Araújo Pinto Zampieri <sup>2</sup> 

#### RESUMO

A saúde bucal infantil é fortemente influenciada por fatores comportamentais, sociais e ambientais, entre os quais os hábitos alimentares desempenham papel central. Na infância, os padrões alimentares são fortemente influenciados pelo contexto familiar e pelo ambiente escolar, os quais exercem papel determinante na formação de hábitos saudáveis. Este trabalho teve como objetivo realizar uma revisão de literatura acerca da influência dos hábitos alimentares na saúde bucal de crianças em idade escolar, com ênfase no papel do ambiente escolar como espaço de promoção da saúde. Trata-se de uma revisão de literatura de caráter descritivo e qualitativo, realizada a partir de buscas nas bases de dados *SciELO*, *PubMed* e *Google Scholar*, incluindo artigos publicados entre 2018 e 2025, nos idiomas português e inglês. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, dez estudos compuseram a amostra final. Os resultados indicaram que o consumo frequente de lanches açucarados e bebidas adoçadas está associado ao aumento de cáries em adolescentes, destacando a importância da promoção de uma alimentação equilibrada desde a infância.

Palavras-chave: Saúde bucal infantil, Hábitos alimentares, Cárie dentária, Promoção da saúde.

#### ABSTRACT

Children's oral health is strongly influenced by behavioral, social, and environmental factors, among which eating habits play a central role. In childhood, eating patterns are strongly influenced by the family context and the school environment, which play a decisive role in the formation of healthy habits. This study aimed to conduct a literature review on the influence of eating habits on the oral health of school-age children, with emphasis on the role of the school environment as a space for health promotion. This is a descriptive and qualitative literature review, carried out from searches in the *SciELO*, *PubMed*, and *Google Scholar* databases, including articles published between 2018 and 2025, in Portuguese and English. After applying the eligibility criteria, ten studies made up the final sample. The results indicated that frequent consumption of sugary snacks and sweetened beverages is associated with increased caries in adolescents, highlighting the importance of promoting a balanced diet from childhood.

Keywords: Children's oral health, Eating habits, Dental caries, Health promotion.

<sup>1</sup> Discente do Curso de Bacharelado em Odontologia – Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel (FATEFIG), Tucuruí (PA), Brasil.

<sup>2</sup> Docente do curso de Bacharelado em Odontologia - Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel (FATEFIG), Tucuruí (PA), Brasil. Mestre em Odontologia com ênfase em Patologia Bucal pela Universidade Federal do Pará.

## 1 INTRODUÇÃO

A saúde bucal constitui um importante componente da saúde geral e do bem-estar, especialmente durante a infância e a adolescência, fases marcadas por intensas transformações biológicas, comportamentais e sociais. Aos 12 anos de idade, a maioria das crianças apresenta a dentição permanente praticamente estabelecida, tornando esse período estratégico para a adoção e consolidação de hábitos saudáveis, incluindo práticas adequadas de higiene oral e alimentação equilibrada (Brasil, 2012).

A saúde bucal infantil é parte integrante da qualidade de vida, sendo influenciada por fatores biológicos, comportamentais, sociais e ambientais. Entre esses fatores, os hábitos alimentares desempenham papel central, sobretudo na etiologia da cárie dentária, considerada uma das doenças crônicas mais prevalentes na infância em âmbito mundial (World Health Organization, 2022).

O consumo frequente de açúcares livres e carboidratos fermentáveis favorece a proliferação de microrganismos cariogênicos na cavidade oral, resultando na produção de ácidos responsáveis pela desmineralização do esmalte dentário (Moynihan; Kelly, 2014). Evidências científicas apontam que não apenas a quantidade, mas principalmente a frequência de ingestão desses alimentos está diretamente relacionada ao aumento do risco de desenvolvimento da cárie dentária em crianças (Sheiham; James, 2015). Em contrapartida, uma alimentação equilibrada, rica em frutas, verduras, legumes e alimentos minimamente processados, contribui para a manutenção da saúde bucal e para o fortalecimento dos tecidos dentários (Petersen, 2018).

A cárie dentária permanece como uma das doenças crônicas não transmissíveis mais prevalentes na infância, configurando-se como um importante problema de saúde pública. Sua etiologia é multifatorial, biofilme-açúcar dependente, envolvendo a interação entre fatores biológicos, comportamentais, socioeconômicos e ambientais, com destaque para os hábitos alimentares e as práticas de higiene bucal (Peres et al., 2019; Tinanoff et al., 2019).

Na infância, os padrões alimentares são fortemente influenciados pelo contexto familiar e pelo ambiente escolar, os quais exercem papel determinante na formação de hábitos saudáveis. Nesse sentido, a escola destaca-se como um espaço estratégico para a promoção da saúde, por possibilitar a implementação de ações educativas contínuas, voltadas tanto à alimentação saudável quanto à higiene bucal (Peres et al., 2019). Programas escolares de educação em saúde

demonstram impacto positivo na redução da incidência de cárie dentária, ao promoverem o conhecimento, a mudança de comportamento e o fortalecimento de práticas preventivas desde a infância (Tinanoff et al., 2019).

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão de literatura acerca da influência dos hábitos alimentares na saúde bucal de crianças em idade escolar, com ênfase no papel do ambiente escolar como espaço estratégico para a promoção da saúde.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1. SAÚDE BUCAL INFANTIL**

A saúde bucal infantil é reconhecida como um importante indicador da saúde geral e do bem-estar das crianças, sendo influenciada por fatores biológicos, comportamentais e sociais. As doenças bucais na infância, especialmente a cárie dentária, continuam como um problema de saúde pública global, afetando milhões de crianças e impactando negativamente a qualidade de vida, a alimentação, o sono e o desempenho escolar (Han et al., 2025). A Organização Mundial da Saúde (OMS) também aponta que a cárie é uma das condições crônicas mais comuns em crianças em idade escolar, refletindo não apenas fatores individuais, mas também determinantes sociais e ambientais.

Fatores socioeconômicos e comportamentais exercem papel relevante nas condições de saúde bucal das crianças. Evidências recentes mostram que crianças de famílias com menor renda e menor escolaridade materna apresentam maior prevalência de cárie dentária, o que demonstra que desigualdades sociais influenciam diretamente a saúde oral infantil (Castilho et al., 2024).

Além disso, a saúde bucal das crianças está associada ao nível de conhecimento e à alfabetização em saúde bucal dos cuidadores e responsáveis, sendo crianças cujos pais possuem menor conhecimento sobre cuidados odontológicos mais propensas a apresentar hábitos de higiene bucal inadequados e maior incidência de lesões cariosas (Alzahrani et al., 2024).

A literatura também revela que a abordagem multiprofissional e preventiva é essencial para melhorar os indicadores de saúde bucal infantil. Revisões e estudos observacionais recentes enfatizam a necessidade de intervenções precoces incluindo a educação dos cuidadores, consultas odontológicas a partir do surgimento dos primeiros dentes decíduos e orientações sobre alimentação equilibrada como estratégias eficazes para reduzir a incidência de cáries e outras patologias orais em crianças (Siqueira et al., 2024).

Adicionalmente, revisões recentes mostram que elementos como amamentação, uso de flúor, higiene bucal adequada e visitas regulares ao dentista são fatores diretamente relacionados à promoção da saúde bucal na infância. Instrumentos de avaliação de conhecimento, atitude e prática dos cuidadores acerca desses aspectos têm sido desenvolvidos e validados, evidenciando lacunas no saber e nas práticas de cuidados que podem ser alvo de ações educativas e preventivas (Praxedes et al., 2023).

As doenças bucais constituem um dos principais problemas de saúde enfrentados por crianças em todo o mundo, com destaque para a cárie dentária como condição crônica mais prevalente nessa faixa etária. Estudos epidemiológicos recentes apontam que a cárie continua a afetar uma proporção significativa de crianças em idade escolar, sendo influenciada por fatores dietéticos, práticas de higiene bucal e condições socioeconômicas (Maklennan et al., 2024). Segundo a OMS, a cárie é a segunda doença mais comum no Brasil, perdendo somente para a gripe (WHO, 2022). Alta prevalência de cárie persiste mesmo em países em que há fluoretação da água e o uso de cremes dentais fluoretados em larga escala (WHO, 2022).

Além da quantidade de açúcar consumida, a frequência de ingestão desempenha papel determinante na gênese da cárie dentária. O consumo repetido de alimentos e bebidas açucaradas ao longo do dia mantém o pH bucal constantemente ácido, dificultando os mecanismos naturais de remineralização promovidos pela saliva. Dietas ricas em açúcares livres e alimentos ultraprocessados, especialmente quando associadas à baixa exposição ao flúor e à higiene bucal inadequada, ampliam significativamente o risco de desenvolvimento de cárie em crianças, adolescentes e adultos (WHO, 2022; Cheever et al., 2025).

Além da cárie, condições gengivais como a gengivite representam outra doença comum em populações pediátricas. Uma revisão epidemiológica recente mostra que a prevalência de gengivite em crianças e adolescentes pode variar amplamente, de aproximadamente 20% a mais de 90%, de acordo com critérios diagnósticos, idade e contexto socioeconômico da população estudada (Elgasmi et al., 2025).

Estudos clínicos contemporâneos também têm demonstrado que, apesar de mais rara em crianças comparada à cárie e à gengivite, a formação de cálculo dental (tártaro) e outras alterações periodontais podem ser observadas mesmo em pré-adolescentes, influenciadas por hábitos de higiene e fatores comportamentais, como o consumo frequente de alimentos açucarados e escovação inadequada (Pan et al., 2025).

## 2.2 HÁBITOS ALIMENTARES

Os hábitos alimentares durante a pré-adolescência, especialmente aos 12 anos de idade, representam um período crítico para a formação de padrões nutricionais que impactam a saúde bucal e geral ao longo da vida. Estudos recentes mostram que adolescentes nesta faixa etária frequentemente apresentam dietas com elevado consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares adicionados, sal e gorduras saturadas, o que está associado a maior risco de obesidade, alterações metabólicas e agravamentos da saúde oral, como cárie dentária e pior qualidade de vida relacionada à saúde bucal (Maneschy et al., 2024).

A pesquisa com adolescentes de 12 anos no Brasil demonstrou que hábitos alimentares não saudáveis, incluindo alto consumo de doces e alimentos industrializados, estão associados a impactos negativos na qualidade de vida relacionada à saúde bucal, evidenciando que além de efeitos clínicos, os padrões alimentares inadequados influenciam aspectos funcionais e psicossociais dessa população (Cabral; Bomfim, 2024).

Esses hábitos estabelecidos aos 12 anos também têm implicações diretas para a saúde bucal, uma vez que dietas com alto teor de açúcares são fatores de risco conhecidos para o desenvolvimento de cárie dentária. Embora nem todos os estudos sejam específicos para 12 anos, pesquisas em faixas etárias próximas revelam que padrões alimentares com alta frequência de lanches açucarados e bebidas adoçadas estão fortemente associados ao aumento de lesões cáries em adolescentes, evidenciando a importância de promover alimentação equilibrada desde a infância (Costa et al., 2024).

### 2.3 PAPEL DA ESCOLA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

A escola é reconhecida como um espaço estratégico para a promoção da saúde bucal infantil, por reunir crianças em fase de desenvolvimento cognitivo, social e comportamental, além de possibilitar a implementação de ações educativas contínuas. A literatura aponta que intervenções realizadas no ambiente escolar apresentam maior alcance populacional e potencial para a construção de hábitos saudáveis, quando comparadas a ações isoladas realizadas apenas no contexto clínico (Petersen; Kwan, 2024).

Diversos estudos demonstram que programas escolares de educação em saúde bucal contribuem para a redução da prevalência de cárie dentária e para a melhoria dos conhecimentos e atitudes das crianças em relação à higiene bucal e à alimentação saudável. Ações como palestras educativas, atividades lúdicas, escovação supervisionada e orientação alimentar apresentam resultados positivos na mudança de comportamento dos escolares, promovendo maior autonomia no cuidado com a saúde bucal (Dias et al., 2025).

A literatura também destaca a importância da integração entre os setores da saúde e da educação na promoção da saúde bucal escolar. No Brasil, iniciativas intersetoriais como o Programa Saúde na Escola (PSE) fortalecem essa articulação, possibilitando a atuação conjunta de profissionais da saúde e da educação em ações preventivas e educativas. Estudos recentes apontam que a presença do cirurgião-dentista no ambiente escolar contribui significativamente para a detecção precoce de agravos bucais, para o encaminhamento oportuno e para a consolidação de práticas preventivas entre os escolares (Brito et al., 2025).

Além disso, o ambiente escolar favorece o envolvimento da família no processo de promoção da saúde bucal, uma vez que as informações transmitidas às crianças tendem a ser compartilhadas no contexto familiar. A literatura evidencia que ações educativas escolares têm maior impacto quando associadas à participação dos pais ou responsáveis, ampliando o alcance das orientações sobre alimentação saudável e higiene bucal (Reis, 2020).

#### Estratégias para desenvolver a alimentação saudável na escola

A promoção da alimentação saudável no ambiente escolar é reconhecida como uma estratégia essencial para a prevenção de agravos à saúde, incluindo as doenças bucais na infância. A literatura aponta que a escola exerce forte influência sobre as escolhas alimentares das crianças, uma vez que é nesse espaço que hábitos são reforçados por meio da convivência social, da rotina alimentar e das práticas educativas. Dessa forma, ações sistematizadas no contexto escolar podem contribuir significativamente para a redução do consumo de açúcares e alimentos ultraprocessados, favorecendo padrões alimentares mais equilibrados (Petersen; Kwan, 2024).

Entre as principais estratégias descritas, destacam-se as ações de educação alimentar e nutricional (EAN) integradas ao currículo escolar. Atividades pedagógicas que abordam a importância dos alimentos naturais, a leitura de rótulos, os riscos do consumo excessivo de açúcar e a relação entre alimentação e saúde bucal têm demonstrado resultados positivos na ampliação do conhecimento e na mudança de atitudes das crianças. Estudos indicam que abordagens lúdicas e interativas, como jogos educativos, oficinas culinárias e hortas escolares, aumentam a adesão dos escolares às práticas alimentares saudáveis (Dias et al., 2025).

Outra estratégia amplamente discutida na literatura é a oferta de alimentação escolar adequada e saudável, alinhada às diretrizes nutricionais nacionais. No Brasil, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é apontado como uma importante política pública, ao priorizar alimentos in natura ou minimamente processados e restringir a oferta de produtos

ultraprocessados. Pesquisas recentes demonstram que a qualidade da alimentação oferecida na escola influencia diretamente o padrão alimentar das crianças, inclusive fora do ambiente escolar, contribuindo para a prevenção da cárie dentária e de outros agravos à saúde (Brasil, 2024).

A participação da comunidade escolar também é considerada fundamental para o sucesso dessas estratégias. A literatura ressalta que o envolvimento de professores, gestores, profissionais de saúde e familiares potencializa os resultados das ações educativas, promovendo coerência entre as orientações transmitidas na escola e os hábitos praticados no ambiente familiar. Além disso, a atuação integrada entre educação e saúde, com a presença de equipes multiprofissionais, favorece o desenvolvimento de intervenções contínuas e contextualizadas, fortalecendo a promoção da alimentação saudável e da saúde bucal infantil (Brito et al., 2025).

### 3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, cujo objetivo consistiu em analisar a produção científica acerca da influência dos hábitos alimentares na saúde bucal de crianças, com ênfase em estratégias preventivas e no papel do ambiente escolar como cenário promotor de saúde.

O levantamento bibliográfico foi realizado nas bases de dados *SciELO*, *PubMed* e *Google Scholar*. Para a estratégia de busca, foram utilizados os seguintes descritores em português e suas respectivas correspondências em inglês (*MeSH/DeCS*), combinados com os operadores booleanos AND e OR, da seguinte forma: em português, utilizou-se "hábitos alimentares" AND ("saúde bucal infantil" OR "cárie dentária") AND "promoção da saúde" AND "alimentação escolar"; em inglês, a estratégia foi "*feeding behavior*" AND ("*child dental health*" OR "*dental caries*") AND "*health promotion*" AND "*school feeding*".

Foram incluídos artigos científicos publicados no período de 2018 a 2025, disponibilizados na íntegra, nos idiomas português e inglês, que abordassem a relação entre alimentação e condições de saúde bucal na infância, bem como investigações voltadas a práticas preventivas e educativas no âmbito escolar. Inicialmente, foram recuperados 35 artigos. Em seguida, procedeu-se à exclusão de estudos duplicados, publicações sem pertinência direta com a temática investigada, relatos de caso isolados, dissertações, teses e trabalhos fora do recorte

temporal estabelecido. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade e leitura minuciosa dos títulos e resumos, 09 estudos foram selecionados para compor a amostra final desta revisão. Os dados extraídos foram organizados de forma sistemática, considerando-se as seguintes variáveis: autoria, ano de publicação, delineamento da pesquisa, objetivo geral e principais resultados obtidos.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dez artigos atenderam aos critérios de elegibilidade e aos objetivos deste estudo, sendo, portanto, incluídos na presente revisão. Os estudos selecionados foram organizados em ordem cronológica, numerados de 1 a 10. As principais características, como autoria, ano de publicação, tipo de estudo, objetivo geral e principais achados, foram sistematizadas e apresentadas, conforme a seguir (Quadro 1).

**Quadro 1-** Estudos selecionados para compor a amostra para a revisão.

<b>AUTOR</b>	<b>TIPO DE ESTUDO</b>	<b>OBJETIVO GERAL</b>	<b>PRINCIPAIS ACHADOS</b>
Matta et al., (2019)	Estudo descritivo	Avaliar a influência da alimentação na incidência de cárie dentária em crianças.	Identificou associação direta entre dieta rica em açúcares e maior prevalência de cárie, ressaltando a importância de hábitos alimentares saudáveis para prevenção.
Reis (2020)	Estudo descritivo / Projeto acadêmico	Discutir a importância da prevenção da saúde bucal infantil no ambiente escolar.	A escola é um espaço estratégico para ações preventivas em saúde bucal, como educação em saúde, escovação supervisionada e orientação alimentar, contribuindo para a redução da incidência de cárie em crianças.
Ryba et al., (2021)	Revisão de literatura	Avaliar a influência dos hábitos alimentares na saúde bucal de crianças.	Há forte relação entre dieta inadequada e aumento da ocorrência de cárie dentária; hábitos alimentares saudáveis desde a infância reduzem significativamente o risco de doenças bucais.
Lopes & Querido (2024)	Revisão integrativa de literatura	Descrever os impactos da alimentação inadequada na saúde bucal, enfatizando as alterações bucais decorrentes do consumo excessivo de alimentos industrializados.	A má alimentação, especialmente rica em açúcares e alimentos ultraprocessados, está associada ao aumento da cárie dentária e de doenças periodontais, evidenciando a necessidade de estratégias preventivas e educativas.
Miller et al., (2024)	Revisão sistemática	Analisar o impacto da falta de escovação dentária e do consumo de alimentos açucarados na desmineralização dental em crianças de até 12 anos.	A ausência de escovação adequada associada ao alto consumo de açúcares aumenta significativamente a desmineralização do esmalte e a prevalência de cáries; a combinação de higiene bucal e controle alimentar é essencial na prevenção.
Brito et al., (2025)	Estudo descritivo, com abordagem	Analisar a associação entre a alimentação saudável e a	O consumo frequente de alimentos ricos em açúcar está associado ao aumento

	qualitativa, baseado em entrevistas semiestruturadas com profissionais da área da saúde.	saúde bucal em crianças e adolescentes, considerando a percepção de profissionais da saúde que atuam diretamente com esse público.	de cáries e gengivites, enquanto uma dieta equilibrada atua na prevenção das doenças bucais. A integração entre orientação nutricional e odontológica é essencial para a promoção da saúde bucal.
Dias et al., (2025)	Relato de experiência (extensão universitária)	Relatar uma experiência educativa sobre alimentação saudável, saúde bucal e estado nutricional em escolares.	As ações educativas mostraram-se eficazes na conscientização dos estudantes, promovendo maior entendimento sobre higiene bucal e alimentação saudável, além de contribuir para a formação humanizada dos acadêmicos.
DRUM (2025)	Revisão narrativa de literatura	investigar como os hábitos alimentares influenciam a saúde oral das crianças, a partir de uma revisão de literatura das evidências científicas disponíveis	Os resultados do estudo demonstram que há uma relação direta entre os hábitos alimentares e a saúde bucal infantil. O consumo frequente de açúcares e carboidratos refinados está associado ao aumento da incidência de cárie dentária, enquanto uma alimentação equilibrada, rica em nutrientes essenciais, contribui para a manutenção da saúde oral.
Rodrigues & Marzarotto, (2025)	Revisão de literatura	Investigar o impacto dos hábitos alimentares na saúde bucal infantil e orientar sobre cuidados alimentares desde as primeiras consultas odontológicas.	Evidenciou que dieta rica em açúcares e hábitos inadequados favorecem o surgimento de cáries e erosão dentária. Destacou a importância da orientação alimentar precoce e do acompanhamento odontológico regular na prevenção.

Fonte: Autores, 2026.

A análise integrada dos dez artigos selecionados evidenciou que os hábitos alimentares exercem influência direta e significativa na saúde bucal infantil, especialmente no desenvolvimento da cárie dentária e da erosão dentária. A maioria dos estudos apontou que o consumo frequente de alimentos ricos em açúcares livres e ultraprocessados constitui o principal fator de risco para o surgimento de agravos bucais em crianças (Ryba et al., 2021; Matta et al., 2019; Rodrigues & Marzarotto, 2025).

As revisões de literatura e revisões integrativas analisadas demonstraram consenso quanto ao impacto negativo de dietas com elevado potencial cariogênico sobre a desmineralização do esmalte dentário, sobretudo quando associadas à alta frequência alimentar e à higiene bucal inadequada (Lopes & Querido, 2024; Ryba et al., 2021). Esses achados reforçam que a frequência de ingestão de alimentos açucarados apresenta maior relevância para o desenvolvimento da cárie do que a quantidade total consumida, evidenciando a necessidade de

intervenções educativas voltadas à modificação do padrão alimentar infantil desde os primeiros anos de vida.

Os estudos observacionais e descritivos incluídos nesta revisão indicaram que, embora nem sempre haja correlação estatisticamente significativa entre dieta cariogênica e presença de cárie dentária, observa-se elevado potencial cariogênico nos padrões alimentares infantis (Oliveira & Souza, 2018; Matta et al., 2019). Tal resultado pode ser explicado pela influência de fatores associados, como higiene bucal, exposição ao flúor, acesso aos serviços de saúde e condições socioeconômicas, reforçando o caráter multifatorial das doenças bucais. Nesse contexto, Brito et al. (2025) evidenciaram que a ausência de ações preventivas contínuas pode potencializar os efeitos negativos da alimentação inadequada sobre a saúde bucal infantil.

Outro achado relevante refere-se ao papel da escola como ambiente estratégico para a promoção da saúde bucal. Estudos demonstraram que ações educativas desenvolvidas no contexto escolar, como educação alimentar, orientação em higiene bucal e escovação supervisionada, são eficazes na conscientização das crianças e na promoção de hábitos saudáveis (Reis, 2020; Dias et al., 2025; Brito et al., 2025). Essas intervenções apresentaram impacto positivo no conhecimento e no comportamento dos escolares, contribuindo para a redução do risco de doenças bucais.

Os achados apresentados por Drum (2025) reforçam a evidência de que os hábitos alimentares exercem influência direta e significativa sobre a saúde bucal infantil, especialmente no que se refere ao desenvolvimento da cárie dentária. A autora destaca que o consumo frequente de açúcares e carboidratos fermentáveis favorece o desequilíbrio do biofilme dental, aumentando a produção de ácidos e, conseqüentemente, o risco de desmineralização do esmalte dentário. Em contrapartida, uma alimentação equilibrada, rica em nutrientes essenciais, mostra-se associada à melhor condição de saúde oral. Além disso, Drum (2025) enfatiza a importância de estratégias educativas no ambiente escolar e familiar, evidenciando que a promoção de hábitos alimentares saudáveis, aliada às práticas adequadas de higiene bucal constitui um fator essencial para a prevenção da cárie dentária e para a promoção integral da saúde bucal ao longo do desenvolvimento infantil e adolescente.

Adicionalmente, os estudos destacaram que a orientação alimentar precoce, iniciada ainda nas primeiras consultas odontológicas, associada às ações educativas no ambiente escolar,

potencializa os efeitos preventivos e favorece a consolidação de hábitos saudáveis ao longo da infância (Silva et al., 2010; Rodrigues & Marzarotto, 2025). A atuação integrada entre profissionais de saúde, escola e família mostrou-se fundamental para a efetividade das estratégias preventivas, promovendo benefícios duradouros para a saúde bucal infantil.

Dessa forma, os resultados discutidos evidenciam que a prevenção dos agravos bucais na infância deve ser baseada em uma abordagem intersetorial, que integre educação alimentar, práticas adequadas de higiene bucal e ações educativas contínuas no ambiente escolar, reforçando a importância da escola como espaço privilegiado de promoção da saúde bucal infantil.

## **5 CONCLUSÃO**

A presente revisão permitiu evidenciar que os hábitos alimentares exercem influência direta e determinante na saúde bucal de crianças em idade escolar, estabelecendo-se como um dos principais fatores modificáveis no contexto da prevenção da cárie dentária. Os achados sintetizados demonstram que o consumo frequente de alimentos ricos em açúcares livres e produtos ultraprocessados está consistentemente associado ao aumento do risco de desmineralização do esmalte dentário e ao desenvolvimento de lesões cáries, especialmente quando associado a práticas inadequadas de higiene bucal. Em contrapartida, uma alimentação equilibrada, caracterizada pelo consumo de alimentos in natura e minimamente processados, contribui significativamente para a manutenção da integridade dos tecidos dentários e para a promoção da saúde bucal infantil.

Destaca-se, ainda, o papel estratégico do ambiente escolar como cenário privilegiado para o desenvolvimento de ações preventivas e educativas em saúde bucal. As evidências analisadas reforçam que intervenções realizadas no contexto escolar, como programas de educação alimentar e nutricional, escovação supervisionada e atividades lúdicas voltadas à promoção da saúde, apresentam resultados positivos na conscientização das crianças e na adoção de comportamentos saudáveis. A articulação entre escola, família e serviços de saúde mostra-se fundamental para a efetividade dessas estratégias, uma vez que a coerência entre as orientações transmitidas nos diferentes ambientes frequentados pela criança potencializa a incorporação de hábitos duradouros e a redução dos agravos bucais.

Por fim, ressalta-se a necessidade de fortalecimento de políticas públicas intersetoriais que integrem saúde, educação e assistência social, com vistas à promoção da alimentação saudável e da saúde bucal desde a infância. A implementação de programas como o Programa Saúde na Escola (PSE) e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) constitui importante avanço, porém, faz-se necessário ampliar o investimento em ações contínuas de formação de professores, capacitação de profissionais de saúde e envolvimento familiar. Estudos futuros podem contribuir para a avaliação da efetividade de intervenções escolares de longo prazo e para a identificação de estratégias inovadoras que considerem as especificidades socioculturais das diferentes populações infantis.

## REFERÊNCIAS

**ALZHRANI, Ahmed Y.; EL MELIGY, Omar; BAHDILA, Dania; ALJAWI, Rabab; BAMASHMOUS, Nada O.; ALMUSHAYT, Abdullah.** The influence of parental oral health literacy on children's oral health: a scoping review. *The Journal of Clinical Pediatric Dentistry*, v. 48, n. 4, p. 16–25, jul. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. **Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): alimentação saudável e adequada.** Brasília: MEC/FNDE, 2014.

BRASIL. Ministério da Educação. **Programa Nacional de Alimentação Escolar: princípios e diretrizes para a promoção da alimentação saudável.** Brasília: MEC, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Programa Saúde na Escola: caderno de atenção à saúde bucal.** Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde bucal.** Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Cadernos de Atenção Básica, n. 17).

BRITO, V. S. et al. Ações educativas em saúde bucal no ambiente escolar e seus impactos na prevenção de agravos bucais. **Revista de Saúde Coletiva**, 2025.

CABRAL, M. B.; BOMFIM, R. A. Associação entre hábitos alimentares e qualidade de vida relacionada à saúde bucal em escolares de 12 anos. **Scientific Reports**, v. 14, p. 1–10, 2024.

CASTILHO, Giovanna Torqueto; PESSOA, Marília Narducci; OLIVEIRA, Caroline Correa de; MELO, Leticia Santos Alves de; TAGLIAFERRO, Elaine Pereira Silva; PARDI, Vanessa. Family factors associated with dental caries among 5-year-old preschool children. **Frontiers in Dental Medicine**, v. 5, p. 1473194, 2025.

CHEEVER, V. J.; MOHAJERI, A.; PATEL, K.; BURRIS, R. C.; HUNG, M. Impact of free sugar consumption on dental caries: a cross-sectional analysis of children in the United States.

**Dentistry Journal**, Basel, v. 13, n. 2, p. 48, 2025.

COSTA, S. M. et al. Dietary patterns and dental caries in children and adolescents: a population-based study. **Scientific Reports**, v. 14, p. 1–9, 2024.

DIAS, J. K. M. et al. Educação alimentar e saúde bucal no contexto escolar: experiências e impactos em escolares. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, v. 16, n. 1, p. 45–54, 2025.

ELGASMI, F. E.; MAGHOUS, K.; BADRE, B. Gingivitis in children and adolescents: epidemiological overview and associated factors – a narrative review. **Frontiers in Oral Health**, 2025.

FAMILY factors associated with dental caries among 5-year-old preschool children. **Frontiers in Dental Medicine**, 2024.

HAN, S. Y.; CHANG, C. L.; WANG, Y. L. et al. A narrative review on advancing pediatric oral health: comprehensive strategies for the prevention and management of dental challenges in children. **Children**, 2025.

MAKLENNAN, A.; BORG-BARTOLO, R.; WIERICHS, R. J. et al. A systematic review and meta-analysis on early childhood caries global data. **BMC Oral Health**, v. 24, 2024.

MANESCHY, I. R. et al. Dietary habits and health outcomes in early adolescence: a systematic review. **Current Nutrition Reports**, v. 13, n. 2, p. 120–130, 2024.

MOYNIHAN, P.; KELLY, S. Effect on caries of restricting sugars intake: systematic review to inform WHO guidelines. **Journal of Dental Research**, v. 93, n. 1, p. 8–18, 2014.

NA, Y.; MA, Y.; GUI, Z. et al. Dental caries, gingivitis and oral health-related quality of life in 12-year-old children. **BMC Oral Health**, v. 25, p. 751, 2025.

PERES, M. A. et al. Oral diseases: a global public health challenge. **The Lancet**, v. 394, n. 10194, p. 249–260, 2019.

PETERSEN, P. E. **The world oral health report 2018: continuous improvement of oral health in the 21st century**. Geneva: World Health Organization, 2018.

PETERSEN, P. E.; KWAN, S. Community-based prevention of oral diseases: school-based approaches. **Community Dentistry and Oral Epidemiology**, v. 52, n. 1, p. 1–8, 2024.

REIS, M. T. S. Promoção da saúde bucal no ambiente escolar: desafios e perspectivas. **Revista de Odontologia em Saúde Pública**, v. 14, n. 2, p. 120–128, 2020.

SAÚDE bucal na infância: construção e validação de instrumento sobre conhecimento, atitude e prática de cuidadores. **SciELO Saúde Pública**, 2023.

SHEIHAM, A.; JAMES, W. P. T. A reappraisal of the quantitative relationship between sugar



intake and dental caries: the need for new criteria for developing goals for sugar intake. **BMC Public Health**, v. 14, n. 863, 2015.

SIQUEIRA, P. E. P.; ALENCAR, Y. M.; ARAUJO, T. A. Primeiros cuidados com a saúde bucal e a odontopediatria: revisão de literatura. **RECIMA21**, 2024.

TINANOFF, N. et al. Early childhood caries epidemiology, aetiology, risk assessment, societal burden, management, prevention and promotion of oral health. **Community Dentistry and Oral Epidemiology**, v. 47, n. 1, p. 1–12, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Guideline: sugars intake for adults and children**. Geneva: WHO, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Guideline: sugars intake for adults and children**. Geneva: WHO, 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global oral health status report: towards universal health coverage for oral health by 2030**. Geneva: World Health Organization, [s.d.].