AVALIAÇÃO DO pH E DO TEOR DE AÇÚCARES DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR CRIANÇAS: IMPLICAÇÕES PARA A SAÚDE BUCAL

Samilly de Fátima Aragão Fernandes[1] (aragaosamilly21@gmail.com)
Ana Clara Muniz Damasceno[1] (annaclaramd2020@gmail.com)
Vanessa dos Santos Marques[1] (nessavmarques05@gmail.com)
Vilker Ferreira Gomes[1] (vilkergom@gmail.com)
Maria Alcineide Dias Araújo[2] (alcineide.d.araujo@gmail.com)

Introdução: O consumo de bebidas industrializadas, como sucos, refrigerantes e bebidas achocolatadas, é frequente na alimentação infantil. Suas características físico-químicas e nutricionais, como pH e teor de açúcares, podem estar relacionadas a alterações na saúde bucal, especialmente cárie e erosão dentária. Assim, avaliá-las é relevante para compreender as implicações desse consumo para a saúde bucal infantil. **Objetivo**: Avaliar o pH e o teor de açúcares totais de diferentes bebidas industrializadas comumente consumidas pelo público infantil e relacionar os achados às possíveis implicações para a saúde bucal. **Materiais e métodos**: Estudo experimental laboratorial com dez bebidas, incluindo sucos industrializados, suco natural, bebida achocolatada e refrigerantes. O pH foi medido com pHmetro, usando água como referência, e o teor de açúcares totais das bebidas industrializadas foi obtido dos rótulos. **Resultados e discussão:** O pH variou de 2,41 a 6,46: nove das dez bebidas ficaram abaixo de 4, e apenas o Nescau se aproximou da água (6,72). Entre as nove industrializadas, seis apresentaram de 8,5 a 11,0 g de açúcares/100 mL, duas de 2,5 a 3,4 g e o Del Rio zero, nenhum. Bebidas ácidas podem provocar dissolução dos tecidos dentários, favorecendo a erosão, enquanto os açúcares, fermentados pelo biofilme, geram ácidos que promovem a desmineralização e a cárie. Assim, bebidas que reúnem acidez e açúcares, como Coca-Cola, Del Valle, Del Ricco, Maguary e Kapo, podem contribuir para ambos os processos. O potencial erosivo, porém, não depende só do pH, mas também da acidez titulável, da capacidade tampão, da saliva e do padrão de consumo. **Conclusão:** Quase todas as bebidas avaliadas apresentaram pH ácido, e várias combinaram acidez e açúcares, o que sugere potencial risco à saúde bucal infantil. Mesmo a bebida sem açúcares apresentou pH ácido, reforçando a importância de orientar crianças e responsáveis sobre o consumo dessas bebidas.

Descritores: Saúde bucal; Bebidas; Potencial Hidrogeniônico

1 Acadêmico(a) de Odontologia do Centro Universitário INTA – UNINTA. Sobral, Ceará.
2 Professor(a) do curso de Odontologia do Centro Universitário INTA – UNINTA. Sobral, Ceará.