

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.3940>

## **Consumo de alimentos azucarados y su influencia dental en niños**

## **Consumption of sugary foods and their dental influence in children**

Diana Carolina Mera-Jácome

[dianamj33@uniandes.edu.ec](mailto:dianamj33@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-1244-2661>

Bryan Alexander Ledesma-Moyota

[byanalm47@uniandes.edu.ec](mailto:byanalm47@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-4671-8125>

Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

[ua.gabrielavaca@uniandes.edu.ec](mailto:ua.gabrielavaca@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-4707-7147>

Recibido: 15 de octubre 2023

Revisado: 10 de diciembre 2023

Aprobado: 15 de enero 2024

Publicado: 01 de febrero 2024

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

## RESUMEN

**Objetivo:** analizar el consumo de alimentos azucarados y su influencia dental en niños. **Método:** Descriptiva observacional. **Resultados:** La encuesta arrojó que la mayoría de las respuestas fueron por parte del género masculino con un 52% (n=54) y con un porcentaje de 48% (n=50) femenino. Teniendo en cuenta que la edad prevalente con un 72% (n=75) es de 11 años y la que menor encuestados tienen es 4% (n=4) de 13 años. **Conclusión:** El hecho de que solo el 55% de los niños reciban educación adecuada sobre higiene oral y dieta saludable en sus consultas resalta una necesidad urgente de mejorar la práctica odontológica preventiva. Es esencial que los odontólogos refuercen su papel educativo para garantizar que cada visita no solo resuelva problemas actuales, sino que también fortalezca los hábitos de cuidado dental que son fundamentales para la salud bucal a largo plazo.

**Descriptores:** Atención odontológica; odontología; educación en odontología. (Fuente: DeCS).

## ABSTRACT

**Objective:** To analyze the consumption of sugary foods and their dental influence in children. **Method:** Descriptive observational study. **Results:** The survey showed that the majority of responses were from males with 52% (n=54) and 48% (n=50) from females. Taking into account that the prevalent age with 72% (n=75) is 11 years old and the youngest respondent is 4% (n=4) 13 years old. **Conclusion:** The fact that only 55% of children receive adequate education on oral hygiene and healthy diet in their consultations highlights an urgent need to improve preventive dental practice. It is essential that dentists strengthen their educational role to ensure that each visit not only solves current problems, but also strengthens dental care habits that are fundamental to long-term oral health.

**Descriptors:** Dental care; dentistry; education dental. (Source: DeCS).

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

## **INTRODUCCIÓN**

El consumo excesivo de alimentos azucarados representa uno de los mayores desafíos para la salud dental infantil en la actualidad. Esta práctica común entre los niños no solo afecta la salud bucal a corto plazo, sino que también puede tener repercusiones significativas a largo plazo, impactando la calidad de vida y el bienestar general de los pacientes pediátricos. En este análisis, se exploran los efectos del consumo de alimentos azucarados en la salud dental de los niños, proporcionando una perspectiva crítica para los odontólogos en su práctica clínica diaria.<sup>1 2 3 4</sup>

El azúcar, componente fundamental en muchos alimentos y bebidas consumidos por los niños, es un factor clave en la aparición de caries dentales. Cuando los azúcares fermentables interactúan con las bacterias presentes en la placa dental, se produce ácido, que erosiona el esmalte y desencadena procesos cariogénicos. Este proceso puede llevar a la formación de cavidades y, en casos severos, a la necesidad de tratamientos invasivos como empastes o incluso extracciones dentales. Es esencial que los odontólogos comprendan esta dinámica para educar a los padres y cuidadores sobre la importancia de limitar el consumo de alimentos ricos en azúcares para prevenir enfermedades bucales.<sup>5 6 7 8</sup>

En la práctica clínica, los odontólogos desempeñan un papel crucial no solo en el tratamiento de las caries, sino también en la educación y la prevención. Es fundamental realizar evaluaciones regulares del estado dental de los niños, identificando signos tempranos de caries y proporcionando intervenciones preventivas como selladores de fosas y fisuras, aplicación de fluoruros y asesoramiento nutricional. La colaboración con otros profesionales de la salud, como pediatras y nutricionistas, también es clave para abordar de manera integral el impacto del consumo de alimentos azucarados en la salud general de los niños.<sup>9 10</sup>

La educación juega un papel fundamental en la modificación de comportamientos relacionados con la dieta y la salud dental. Los odontólogos tienen la oportunidad de

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

empoderar a padres y cuidadores con información precisa sobre los efectos adversos del azúcar en los dientes de los niños y ofrecer estrategias prácticas para reducir su consumo. Esto puede incluir la promoción de opciones de merienda saludables, la etiquetación de productos con alto contenido de azúcar y la fomentación de prácticas de higiene bucal adecuadas desde una edad temprana. <sup>11</sup>

El consumo de alimentos azucarados presenta un desafío significativo para la salud dental infantil, con implicaciones que van más allá de la caries dental. Los odontólogos tienen la responsabilidad profesional de no solo tratar las consecuencias de este hábito, sino también de educar y empoderar a la comunidad para adoptar comportamientos alimentarios más saludables. Al hacerlo, pueden desempeñar un papel crucial en la promoción de una salud bucal óptima y en la mejora del bienestar general de los niños a largo plazo. <sup>12</sup>

Se tuvo por objetivo analizar el consumo de alimentos azucarados y su influencia dental en niños.

## **MÉTODO**

Descriptiva observacional.

Se trabajó con una población de 141 niños de todos los paralelos séptimo grado de Educación General Media de la Unidad Educativa “Juan Montalvo” de la ciudad de Ambato - Ecuador. Con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

Dando así que es necesaria una muestra de 104 encuestados.

Se aplicó estadística descriptiva para el procesamiento de los datos.

## **RESULTADOS**

La encuesta arrojó que la mayoría de las respuestas fueron por parte del género masculino con un 52% (n=54) y con un porcentaje de 48% (n=50) femenino. Teniendo en

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

cuenta que la edad prevalente con un 72% (n=75) es de 11 años y la que menor encuestados tienen es 4% (n=4) de 13 años.

El 80% (n=83) de los padres llevan a sus hijos a una revisión dental, mientras que el 20% (n=21) indicó que no lo hacen. Mostrando así que los padres de los niños tienen razón sobre el cuidado de la salud dental de sus hijos, sin embargo, es importante concientizar a los padres de familia sobre la importancia del control odontológico de forma consecutiva.

Visitan al odontólogo mayormente cada vez que presenta algún dolor, este resultado está expresado en el 49% (n=51, con respecto a la enseñanza del odontólogo sobre el cuidado de los dientes y dieta saludable se detalla que de las veces que acuden al odontólogo el 55% (n=57) de los encuestados son sugeridos por una dieta saludable y reciben la enseñanza necesaria del cepillado dental, por lo que se concluye que a la mayoría de encuestados si les han explicado el procedimiento correcto de cómo deben cepillarse los dientes, sus técnicas y las cantidades de sustancias que necesitan, de igual manera la dieta saludable. consumo de alimentos durante el desayuno se evidenció que los alimentos consumidos con mayor frecuencia son las frutas 42% (n=44).

Por lo tanto, es evidente que existe un consumo de alimentos sanos en el desayuno. Para conocer la frecuencia del consumo de gaseosas y dulces se realizó esta pregunta, la cual consta con resultados de un 69% (n=72) que consumen de vez en cuando, se evidencia de la misma manera que el 20% (n=21) las consume una vez al día. Observando que el consumo de ciertos azúcares de alguna manera es controlado, aun así, la cantidad de niños que manifestaron que consumen una vez al día sigue siendo un factor preocupante.

Al mencionar dulces y chocolates de una manera conjunta los valores variaron, manifestaron que los consumen de vez en cuando un 71% (n=74), dándole paso a una vez al día que consta del 21% (n=22). Siendo así que el consumo de dulces y chocolates

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

es elevado y muy emparejado sus consumos, concluyendo así que los ingieren al menos una vez al día.

## **DISCUSIÓN**

Los resultados arrojaron que el 49% de los encuestados solo acuden al odontólogo cuando presentan alguna odontalgia, lo cual es una cifra muy preocupante ya que la falta de visitas regulares al odontólogo en los niños puede llevar a consecuencias graves para su salud dental. Según la Academia Americana de Odontología Pediátrica, los niños deben visitar al dentista al menos dos veces al año para realizar exámenes de rutina y limpiezas dentales. La falta de atención dental puede llevar a la caries dental, la gingivitis, la enfermedad periodontal y otros problemas dentales graves.<sup>12</sup> En Estados Unidos en el año 2013, se evidencio que el 59% de los padres llevan a sus hijos al dentista solo cuando tenían algún dolor dental, resultados que coinciden con este estudio.<sup>13</sup>

Así mismo el 55% de los niños respondieron que al momento que acuden al odontólogo la mayoría siempre les enseñan a cepillarse los dientes y les sugieren una dieta saludable, al igual que en base a un estudio realizado a niños de 6 a 12 años en México, se encontró que el 57% de los padres reportaron que el dentista de sus hijos les había proporcionado información sobre cómo cepillarse los dientes.<sup>14</sup> Estos resultados son de alguna manera preocupantes ya que apenas el 55% de los dentistas brindan esta información, lo cuál debería ser fundamental debido a que una buena higiene oral es esencial para prevenir caries dentales y enfermedades periodontales<sup>15</sup>.

## **CONCLUSIONES**

La investigación subraya una preocupante tendencia entre los encuestados, con casi la mitad de los participantes acudiendo al odontólogo solo en respuesta al dolor dental. Esta falta de visitas regulares es alarmante, ya que contradice las recomendaciones de la Academia Americana de Odontología Pediátrica sobre la importancia de revisiones

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

periódicas para prevenir problemas graves como la caries y la enfermedad periodontal. El hecho de que solo el 55% de los niños reciban educación adecuada sobre higiene oral y dieta saludable en sus consultas resalta una necesidad urgente de mejorar la práctica odontológica preventiva. Es esencial que los odontólogos refuercen su papel educativo para garantizar que cada visita no solo resuelva problemas actuales, sino que también fortalezca los hábitos de cuidado dental que son fundamentales para la salud bucal a largo plazo.

## **CONFLICTO DE INTERÉS**

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

## **FINANCIAMIENTO**

Autofinanciado.

## **AGRADECIMIENTO**

A todos los actores sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

## **REFERENCIAS**

1. Shrikrishna Suprabha B, Shenoy R, Mahabala Karuna Y, Nayak AP, Rao A, D'Souza V. Dietary practices among children with early childhood caries and the associated factors: A qualitative study. *Int J Paediatr Dent.* 2022;32(2):176-184. <https://doi.org/10.1111/ipd.12842>
2. Dontsop M, Nwankwo K, Walker R, et al. Investigating the relationship between dental cavities and protective factors among children aged 0-5 years. *J Clin Pediatr Dent.* 2024;48(1):60-68. <https://doi.org/10.22514/jocpd.2024.008>
3. Duijster D, van Loveren C. De invloed van het gezin op de mondgezondheid van kinderen. Een kijkje achter de voordeur [The family's influence on the oral health of children. A peek behind the front door]. *Ned Tijdschr Tandheelkd.* 2017;124(4):180-186. <https://doi.org/10.5177/ntvt.2017.04.16202>

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

4. Vichayanrat T, Sudha K, Kumthanom K, Apisuttisin J, Uawatanasakul N, Ariyakeitsakul Y. What factors influence mothers' behavior regarding control of their children's sugary snack intake?: An application of the Theory of Planned Behavior. *Int Dent J.* 2018;68(5):336-343. <https://doi.org/10.1111/idj.12391>
5. Ismail AI. Prevention of early childhood caries. *Community Dent Oral Epidemiol.* 1998;26(1 Suppl):49-61. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0528.1998.tb02094.x>
6. Tinanoff N, Palmer CA. Dietary determinants of dental caries and dietary recommendations for preschool children. *Refuat Hapeh Vehashinayim* (1993). 2003;20(2):8-78.
7. Duijster D, de Jong-Lenters M, Verrips E, van Loveren C. Establishing oral health promoting behaviours in children - parents' views on barriers, facilitators and professional support: a qualitative study. *BMC Oral Health.* 2015;15:157. <https://doi.org/10.1186/s12903-015-0145-0>
8. Samaddar A, Shrikrishna SB, Moza A, Shenoy R. Association of parental food choice motives, attitudes, and sugar exposure in the diet with early childhood caries: Case-control study. *J Indian Soc Pedod Prev Dent.* 2021;39(2):171-177. [https://doi.org/10.4103/jisppd.jisppd\\_104\\_21](https://doi.org/10.4103/jisppd.jisppd_104_21)
9. Janha RE, Hardy-Johnson P, Kehoe SH, et al. Exploring influences on adolescent diet and physical activity in rural Gambia, West Africa: food insecurity, culture and the natural environment. *Public Health Nutr.* 2021;24(16):5277-5287. <https://doi.org/10.1017/S1368980020002669>
10. Blinkhorn AS, Wainwright-Stringer YM, Holloway PJ. Dental health knowledge and attitudes of regularly attending mothers of high-risk, pre-school children. *Int Dent J.* 2001;51(6):435-438. <https://doi.org/10.1002/j.1875-595x.2001.tb00856.x>
11. El Tantawi M, Elwan AH, Hamed H. Clustering of children's oral diseases in families and villages in a rural setting in Egypt. *BMC Oral Health.* 2023;23(1):245. <https://doi.org/10.1186/s12903-023-02922-2>
12. Anónimo. Periodicity of Examination, Preventive Dental Services, Anticipatory Guidance/Counseling, and Oral Treatment for Infants, Children, and Adolescents. *Pediatr Dent.* 2017;39(6):188-96.

Diana Carolina Mera-Jácome; Bryan Alexander Ledesma-Moyota; Gabriela Liseth Vaca-Altamirano

13. Divaris K, Lee JY, Baker AD, Vann WF. Caregivers' oral health literacy and their young children's oral health-related quality-of-life. *Acta Odontol Scand.* 2012;70(5):390-7.
14. Sampaio MEA, Bezerra PMM, Santos FGD, et al. A hospital-based oral health education program impacts in pediatric cancer patients-A pilot study. *Spec Care Dentist.* 2024;44(1):196-205. <https://doi.org/10.1111/scd.12847>
15. Sampaio MEA, Ribeiro ILA, Santiago BM, Valença AMG. Perception of Pediatric Oncological Patients and Their Parents/Guardians about a Hospital Oral Health Program: A Qualitative Study. *Asian Pac J Cancer Prev.* 2022;23(2):451-457. <https://doi.org/10.31557/APJCP.2022.23.2.451>

©2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).