

O desafio do manejo dietético no consumo de bebidas industrializadas e suas repercussões bucais, sistêmicas e saúde mental

Juan Domingos PORTES, Bianca Tavares RANGEL, Amanda Aparecida Maia Neves GARCIA, Carolina Yoshi Campos SUGIO, Anna Clara Gurgel GOMES, Karin Hermana NEPPELENBROEK

Introdução: Bebidas industrializadas geralmente apresentam alto teor de açúcar e acidez, porém com baixos benefícios nutricionais. Apesar da grande popularidade, seu consumo é alertado em função dos inúmeros malefícios sistêmicos que podem causar. Ao longo da última década, um conjunto de evidências se acumulou, o que mostra uma forte associação dessas bebidas com obesidade, problemas bucais e doenças crônicas relacionadas, como diabetes mellitus tipo 2 e hipertensão. **Objetivos:** O objetivo deste trabalho foi revisar criticamente a literatura sobre o risco do consumo de bebidas industrializadas em uma visão integrativa com aspectos nutricionais, odontológicos e médicos. **Material e método:** A busca foi realizada a partir da identificação do tema, determinação dos critérios de inclusão e exclusão, seleção das bases de dados para pesquisa e, por fim, leitura, interpretação e discussão das fontes selecionadas. Foi realizada uma busca utilizando as palavras-chave: “soft drinks” AND “obesity” OR “dental erosion” OR “diabetes” OR “hypertension” OR “mental health” OR “multimorbidities” nas bases de dados PubMed, SCOPUS, SciELO, EMBASE e LILACS entre 2017 e 2022. **Resultados:** Ao final da busca, foram incluídos 76 artigos na revisão que relataram que o alto consumo de bebidas industrializadas está associado a doenças orais como erosão e cárie dentária; e sistêmicas como diabetes, hipertensão, obesidade, fratura óssea e depressão. Os líquidos industrializados como refrigerantes, bebidas açucaradas ou adoçadas artificialmente, gaseificadas ou sem gás, sucos diluíveis, sucos artificiais de frutas, águas engarrafadas, bebidas esportivas e energéticas contêm substâncias aditivas, que, sem recomendação e controle, são nocivas à saúde. **Conclusão:** Conclui-se que o alto consumo de bebidas industrializadas está associado a doenças bucais e gerais. Assim, uma abordagem multiprofissional para orientar os pacientes a moderar o consumo dessas bebidas é de extrema importância.

DESCRITORES: Bebida adoçada; erosão dentária; obesidade.