

Adoçantes (implicações para os dentes)

O adoçante é considerado um substituto do açúcar em relação ao paladar. Mas o abuso no consumo pode ser prejudicial à saúde, os produtos dietéticos possuem em seu rótulo (ou deveriam possuir), a dose máxima diária. O açúcar ou sacarose é o principal alimento das bactérias que provocam cárie. Os adoçantes não são aproveitados por elas da mesma forma, assim sendo, quando há oferta de adoçantes substituindo a sacarose, o número de bactérias diminui. No entanto é importante lembrar que vários fatores atuam em conjunto provocando cáries. Assim a prevenção não pode ser direcionada para um único fator. A higiene bem feita é indispensável. Em relação aos chicletes “sugar-free”, são melhores do que os que possuem açúcar, mas nunca em excesso. Além disso a goma de mascar por estimular a salivação e pela sua ação mecânica, ajuda na proteção contra a cárie.