

INFLUÊNCIA DO PADRÃO DE DIETA NA AUTOPERCEPÇÃO DE CONDIÇÃO PERIODONTAL: UM ESTUDO TRANSVERSAL

VICTORIA CONCLI BRUSAMARELLO¹; LARISSA WULFF OLIVEIRA², LÍVIA SILVEIRA BARCELLOS³, TACIANE MENEZES SILVEIRA⁴; NATÁLIA MARCUMINI POLA⁵

¹Universidade Federal de Pelotas – vicbrusa@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – lariswo@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas– lívia.sbarcellos@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas– tacimsilveira@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas– nataliampola@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A saúde bucal é um componente essencial da qualidade de vida e da população, no entanto alcançar e manter boas condições bucais ainda é um grande desafio. Dentre as doenças mais comuns que afetam os tecidos de suporte dos dentes estão a gengivite e a periodontite. A primeira é caracterizada clinicamente por sangramento gengival e geralmente acompanhada de inchaço e vermelhidão. Quando não tratada, pode progredir para quadros mais severos, levando a destruição progressiva dos tecidos de suporte dos dentes, o que caracteriza a periodontite (PAPAPANOU et al., 2018). A prevalência global estimada da periodontite na sua forma mais severa é de aproximadamente 11%, enquanto no Brasil os dados estão acima da média mundial, atingindo 18,5% da população (KASSEBAUM et al., 2014).

O acúmulo de biofilme bacteriano é considerado o principal fator etiológico no desenvolvimento da periodontite, porém a ação microbiológica por si só não é suficiente para determinar o aparecimento e a progressão da doença. Fatores sistêmicos e ambientais também influenciam a suscetibilidade do indivíduo, podendo modificar a velocidade da progressão da doença, além de afetar a resposta ao tratamento. Diabetes mellitus, hábitos comportamentais, carências nutricionais, exposição a substâncias tóxicas, estresse psicológico e influência de fatores sociais estão entre estes fatores/indicadores de risco (CHAPPLE et al., 2017).

Nesse contexto, diversos estudos têm apontado uma associação entre a dieta e a saúde periodontal, especialmente em relação aos níveis de micronutrientes presentes na alimentação (AGRAWALA et al., 2019; ALSHOUIBI et al., 2013; BOTELHO et al., 2020; MARTÍNEZ et al., 2016; TADA; MIURA, 2019). Nutrientes como a vitamina C, D, cálcio e diversos compostos bioativos quando deficientes no organismo, estão associados a desfechos negativos, influenciando a resposta inflamatória e imunológica dos tecidos periodontais (MARTINON et al., 2021).

Evidencia-se que a nutrição desempenha um papel fundamental na manutenção de saúde, com repercussões tanto para o bem-estar físico quando para saúde bucal. A dieta equilibrada, rica em vitaminas e nutrientes essenciais é crucial para promover não apenas a saúde do corpo como um todo, mas também a saúde dos tecidos periodontais. Logo, é importante avaliar os padrões de dieta contemporâneos, a fim de observar seus potenciais na saúde periodontal, considerando as diferenças nos tipos de alimentação disponíveis.

A alimentação vegetariana (dieta na qual se exclui carnes e, em muitos casos, outros produtos de origem animal) tem sido cada vez mais recorrente, refletindo não apenas preocupações com a saúde, mas também considerações éticas, ambientais e culturais (LEITZMANN, 2014). Segundo o IBOPE (2018), estima-se que 30 milhões de brasileiros excluam a carne de origem animal da sua dieta devido a fatores como a crescente conscientização sobre a sustentabilidade ambiental, preocupações com o bem-estar animal, e evidências crescentes sobre os benefícios à saúde associados a esse padrão alimentar. Já a alimentação não vegetariana (onívora), considerada o padrão alimentar dominante ao redor do mundo, é caracterizada pelo consumo de produtos de origem animal e é frequentemente associado a um maior consumo de proteínas, ferro, cálcio e outros nutrientes essenciais (SIQUEIRA; MENDES; ARRUDA, 2007).

Segundo HANSEN (2018), a adoção de uma dieta vegetariana pode influenciar diretamente a microbiota salivar ao longo do tempo, afetando tanto sua diversidade quanto sua composição, com reflexos importantes na saúde bucal. Estudos apontam diferenças na microbiota da cavidade oral e das vias respiratórias superiores entre indivíduos com dieta vegana e aqueles com dieta onívora, incluindo a presença distinta de microrganismos associados à doença periodontal (DP) (HANSEN et al., 2018).

Com o crescimento do número de pessoas que adotam dietas vegetarianas, ainda existem lacunas quanto ao entendimento dos efeitos dessas dietas na saúde bucal, especialmente em comparação a indivíduos com alimentação onívora, o que torna relevante investigar mais profundamente esses impactos. Nesse sentido, este estudo teve como objetivo investigar como a dieta influencia a autopercepção da condição periodontal em indivíduos vegetarianos e onívoros.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal realizado entre outubro de 2024 e janeiro de 2025 com indivíduos vegetarianos e onívoros. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Odontologia da UFPel (7.111.977), sendo incluídos adultos com 18 anos ou mais que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram excluídos aqueles com limitações que impedissem responder ao questionário sem auxílio. A amostra foi dividida em dois grupos, conforme o autorrelato da dieta: onívoros e vegetarianos/vegetarianos estritos. A coleta ocorreu de forma online, por meio do Google Forms, incluindo dados sociodemográficos, tipo de dieta, autopercepção de saúde bucal e condição periodontal, obtidos através de questionários pré-validados e instrumento socioeconômico. A análise estatística foi realizada no software SPSS 29.0. O teste de Shapiro-Wilk foi aplicado para verificar a normalidade da distribuição dos dados, e as associações entre dieta e variáveis de saúde bucal foram avaliadas pelo teste qui-quadrado para variáveis categóricas, e Mann-Whitney ou Exato de Fisher para variáveis contínuas, considerando $p < 0,05$. Também foram conduzidas análises uni e multivariadas por regressão de Poisson, a fim de estimar razões de prevalência (RP) e intervalos de confiança de 95% (IC95%) para os desfechos relacionados à autopercepção da condição periodontal.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo incluiu 239 pessoas, sendo 163 onívoras e 76 vegetarianas. Os participantes onívoros relataram, em média, 27,7 dentes em boca, enquanto os

vegetarianos relataram 29 dentes. Em relação a avaliação da autopercepção da condição periodontal, houve uma resposta positiva para 93,9% dos onívoros e 97,4% dos vegetarianos. Dos onívoros, 39,9% afirmaram ter um histórico de periodontite positivo e 26,4% relataram já terem sido diagnosticados com DP pelo dentista. Para os vegetarianos, a autopercepção do histórico de periodontite positiva foi de 51,3%, e 19,7% afirmam terem sido anteriormente diagnosticados com DP pelo dentista.

Quanto à autopercepção de saúde bucal, 77,3% dos onívoros relataram estarem muito satisfeitos/satisfeitos com a saúde dos dentes e gengiva, enquanto 90,8% dos vegetarianos demonstraram essa mesma percepção.

Quando os grupos foram comparados, não houveram associações significativas em nenhum dos domínios de autopercepção de condição periodontal. Especificamente para este domínio, a RP foi de 1,02 (IC95%: 0,96–1,07); para o histórico de periodontite, foi de 1,18 (IC95%: 0,87–1,59); e para o diagnóstico clínico de periodontite pelo dentista foi de 0,95 (IC95%: 0,53–1,70).

Embora o delineamento transversal do presente estudo limite inferências causais, a investigação apresenta, de forma inédita, a associação entre padrões alimentares e saúde bucal e condição periodontal autorreferida. O grupo de vegetarianos demonstrou maior satisfação com a saúde bucal em comparação aos onívoros. No que diz respeito à estética dos dentes ou das próteses, observou-se maior insatisfação entre os participantes onívoros. Esses resultados podem estar ligados ao comportamento de higiene bucal mais eficaz frequentemente observado entre vegetarianos. STAUFENBIELS et al. (2013) relataram que vegetarianos apresentaram profundidades de sondagem reduzidas e menor sangramento à sondagem quando comparados a onívoros. Além disso, ATARBASHI-MOGHADAM et al. (2020) também relataram uma maior prevalência do uso de fio dental entre os participantes veganos, o que pode contribuir para uma maior percepção positiva da saúde bucal e da aparência dentária. Ainda, a dieta vegetariana tem sido associada a padrões microbianos mais benéficos e menores níveis de inflamação (HANSEN et al., 2018; PONTES et al., 2025), fatores associados a melhores condições de saúde bucal. Esses estudos evidenciam que a maior satisfação com a saúde bucal e os melhores hábitos de higiene entre os vegetarianos podem ter relação com melhores parâmetros periodontais referenciados nesse grupo, podendo influenciar positivamente na autopercepção de saúde bucal.

4. CONCLUSÕES

Pode-se concluir que o padrão de dieta não influenciou a autopercepção de saúde bucal e condição periodontal em indivíduos adultos. A ausência de associação significativa não descarta a possibilidade de efeitos positivos de determinados padrões alimentares, mas indica que outros fatores podem ser mais determinantes na manutenção das condições de saúde.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGRAWAL, A. A. et al. Evaluation and comparison of serum vitamin D and calcium levels in periodontally healthy, chronic gingivitis and chronic periodontitis in patients with and without diabetes mellitus—a cross-sectional study. **Acta Odontologica Scandinavica**, [s. l.], v. 77, n. 8, p. 592–599, 2019

ALSHOUBI, E. N. et al. Vitamin D and Periodontal Health in Older Men. **Journal of Dental Research**, [s. l.], v. 92, n. 8, p. 689, 2013.

ATARBASHI-MOGHADAM, F. et al. Effects of raw vegan diet on periodontal and dental parameters. **Tzu-Chi Medical Journal**, [s. l.], v. 32, n. 4, p. 357, 2020.

BOTELHO, J. et al. Vitamin D deficiency and oral health: A comprehensive review. **Nutrients**, [s. l.], v. 12, n. 5, 2020.

CHAPPLE, L.C. Interaction of lifestyle, behaviour or systemic diseases with dental caries and periodontal diseases: consensus report of group 2 of the joint EFP/ORCA workshop on the boundaries between caries and periodontal diseases. **Journal of Clinical Periodontology**, [s. l.], v. 44, p. S39–S51, 2017.

HANSEN, T. H. Impact of a vegan diet on the human salivary microbiota. **Scientific Reports**, [s. l.], v. 8, n. 1, 2018.

IBOPE. Pesquisa do IBOPE aponta crescimento histórico no número de vegetarianos no Brasil - **SVB**. [S. l.], 2018.

KASSEBAUM, N. J. Global burden of severe periodontitis in 1990-2010: a systematic review and meta-regression. **Journal of dental research**, [s. l.], v. 93, n. 11, p. 1045–1053, 2014.

LEITZMANN, C. Vegetarian nutrition: past, present, future. **The American journal of clinical nutrition**, [s. l.], v. 100 Suppl 1, n. SUPPL. 1, 2014.

MARTÍNEZ, E. et al. El calcio, esencial para la salud. **Nutrición Hospitalaria**, l.], v. 33, p. 26–31, 2016.

MARTINON, P. Nutrition as a key modifiable factor for periodontitis and main chronic diseases. **Journal of Clinical Medicine**, [s. l.], v. 10, n. 2, p. 1–26, 2021.

PAPAPANOU, P. N. Periodontitis: Consensus report of workgroup 2 of the 2017 World Workshop on the Classification of Periodontal and Peri-Implant Diseases and Conditions. **Journal of Clinical Periodontology**, [s. l.], v. 45, p. S162–S170, 2018.

PONTES, L. A. et al. A relação entre parâmetros periodontais e dieta: Revisão integrativa. **Revista Científica Multidisciplinar** - ISSN 2675-6218, [s. l.], v. 6, n. 1, p. e616134 e616134, 2025.

SIQUEIRA, E. M. A.; MENDES, J. F. R.; ARRUDA, S. F. Biodisponibilidade de minerais em refeições vegetarianas e onívoras servidas em restaurante universitário. **Revista de Nutrição**, [s. l.], v. 20, n. 3, p. 229–237, 2007.

STAUFENBIEL, I. et al. Periodontal conditions in vegetarians: A clinical study. **European Journal of Clinical Nutrition**, [s. l.], v. 67, n. 8, p. 836–840, 2013.

TADA, A.; MIURA, H.. The relationship between vitamin C and periodontal diseases: A systematic review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, [s. l.], v. 16, n. 14, 2019.