

Avaliação do potencial cariogénico e da adequação calórica de ementas pré-escolares - região norte

Maria Flávia Barbosa, Inês Nunes, Ana Daniela Soares, Bárbara Cunha, Eduardo Costa, Maria Teresa Xavier
Área de Medicina Dentária, Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra

introdução

A cárie dentária é uma das doenças crónicas mais prevalentes na infância, afetando aproximadamente 50% das crianças e adolescentes em todo o mundo. Sendo uma condição multifatorial, os hábitos alimentares constituem um importante e modificável fator de risco para o seu desenvolvimento. Considerando que as crianças em idade pré-escolar consomem uma proporção significativa das suas refeições diárias em contexto educativo, a qualidade nutricional e o potencial cariogénico das ementas escolares podem desempenhar um papel relevante na saúde oral.

objetivos

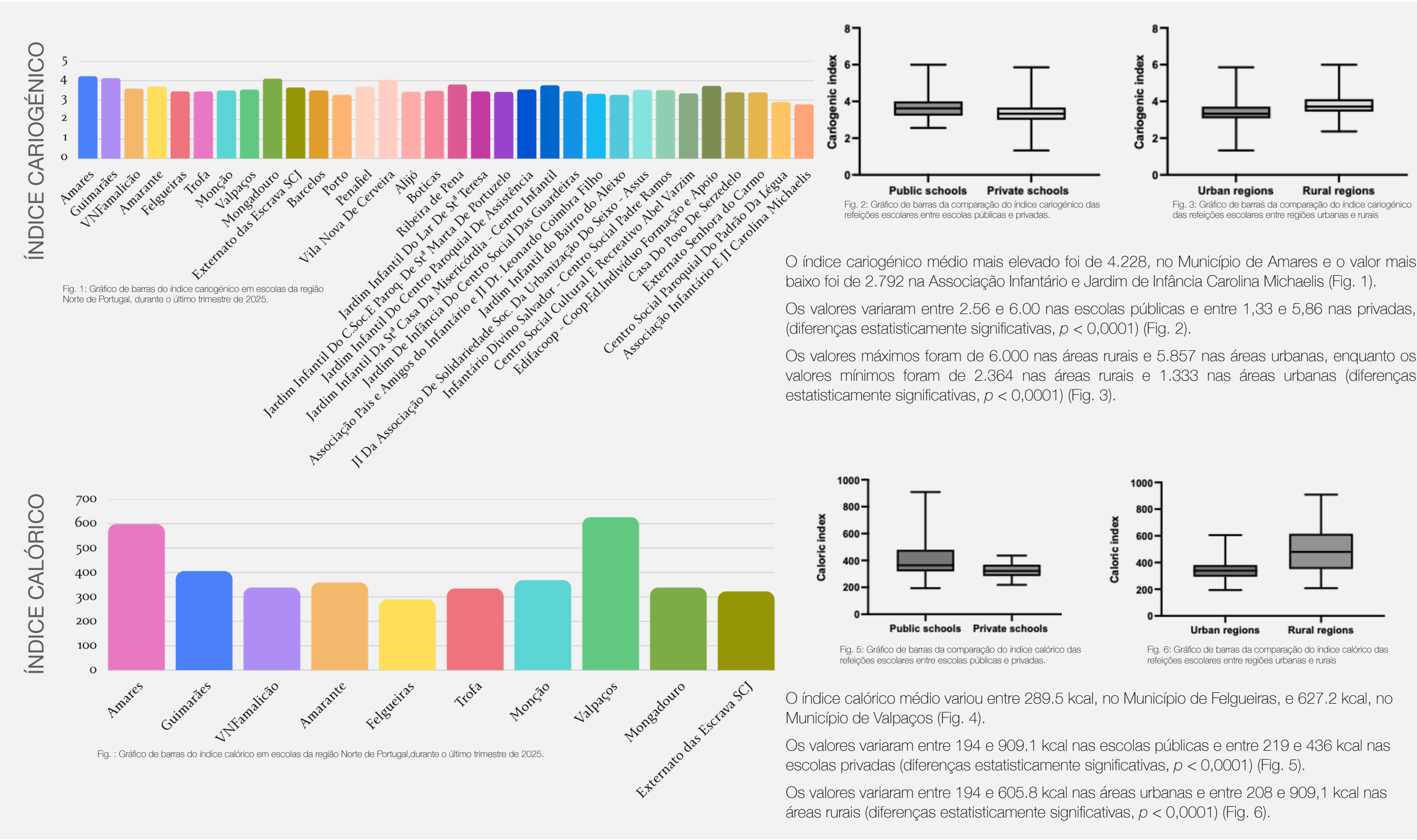
Avaliar o potencial cariogénico e a adequação calórica das ementas de almoço de instituições pré-escolares da região Norte de Portugal e comparar os resultados entre escolas públicas e privadas, bem como entre contextos urbanos e rurais.

métodos

Foram recolhidas e analisadas ementas de almoço de instituições pré-escolares da região Norte de Portugal, referentes aos últimos três meses de 2025. As ementas foram obtidas através dos *websites* das escolas ou mediante contacto direto por correio eletrónico. Cada refeição foi avaliada quanto ao seu potencial cariogénico, através do índice de cariogenicidade pediátrico, e quanto à sua adequação calórica, com base nas orientações nacionais portuguesas. Os dados foram organizados em Microsoft Excel® e analisados estatisticamente com recurso ao GraphPad Prism®. A análise estatística foi realizada recorrendo ao teste de Mann–Whitney.

resultados

Foram incluídas 344 instituições, das quais 170 disponibilizavam informação sobre o valor energético das refeições. Das 344 escolas incluídas no estudo, apenas 16 pertenciam ao **setor privado**. As instituições foram igualmente classificadas de acordo com o seu **contexto geográfico**, sendo agrupadas em escolas localizadas em **áreas urbanas** ou **áreas rurais**. A amostra era constituída por 311 escolas situadas em áreas urbanas e 33 escolas localizadas em áreas rurais (Figs. 1-6).



conclusão

O presente estudo avaliou o potencial cariogénico e o teor calórico das ementas de almoço de crianças em idade pré-escolar, tendo identificado diferenças estatisticamente significativas de acordo com o tipo de escola e o contexto geográfico.

Globalmente, as ementas analisadas apresentaram baixo potencial cariogénico e valores calóricos geralmente consistentes com as recomendações nutricionais nacionais. No entanto, foi observada uma variabilidade relevante entre as instituições, reforçando a necessidade de supervisão nutricional contínua e de uma maior uniformização das práticas de planeamento das ementas.

Considerando a relação reconhecida entre hábitos alimentares, saúde oral e saúde geral, os programas de alimentação escolar constituem uma importante oportunidade para a implementação de estratégias preventivas.

