

UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS TAPACHULA

LICENCIATURA EN NUTRICION

FISIOPALOGÍA

LISTA DE ALIEMENTOS CARIOGENICOS Y
CARIOSTATICOS

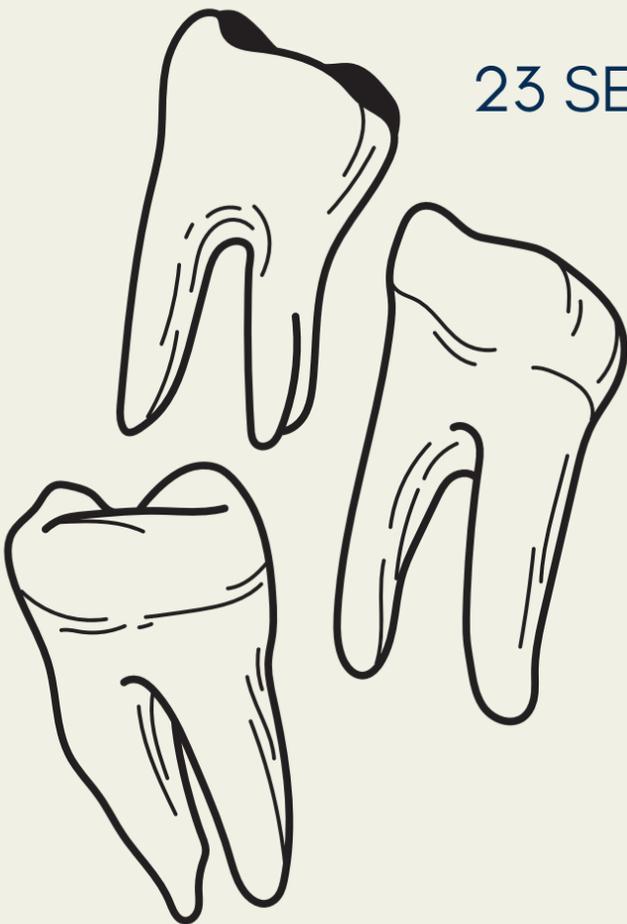


DOCENTE: ITALIA YAMILET HERNADEZ

ALUMNA: VALENTINA DIAZ ZEQUEDA

CUARTO CUATRIMESTRE

23 SEPTIEMBRE 2023



INTRODUCCIÓN

CARIES DENTAL

LA CARIES DENTAL ES EL DAÑO QUE LE PUEDE OCURRIR A UN DIENTE CUANDO LAS BACTERIAS QUE CAUSAN CARIES, QUE SE ENCUENTRAN EN LA BOCA PRODUCEN ÁCIDOS QUE ATACAN LA SUPERFICIE DEL DIENTE O ESMALTE, ESTO PUEDE RESULTAR EN UN PEQUEÑO AGUJERO EN EL DIENTE, AL QUE SE LE LLAMA CARIES, SI LA CARIES DENTAL NO SE TRATA, PUEDE CAUSAR DOLOR, UNA INFECCIÓN E INCLUSO LA PÉRDIDA DEL DIENTE.

LOS NIÑOS PEQUEÑOS CORREN EL RIESGO DE TENER "CARIES DE LA PRIMERA INFANCIA", ALGUNAS VECES LLAMADA CARIES DEL BIBERÓN, QUE ES LA CARIES DENTAL GRAVE EN LOS DIENTES DE LECHE.

MUCHAS PERSONAS MAYORES TIENEN LAS ENCÍAS RETRAÍDAS. ESTO PERMITE QUE LAS BACTERIAS QUE CAUSAN CARIES, QUE SE ENCUENTRAN EN LA BOCA, TENGAN CONTACTO CON LA RAÍZ DEL DIENTE. ESTO PUEDE CAUSAR CARIES EN LAS SUPERFICIES EXPUESTAS DE LAS RAÍCES DENTALES.

ALIMENTOS

CARIOESTATICOS

- CARNES ROJAS
- CARNE DE CERDO
- PESCADO
- POLLO
- HUEVO
- VERDURAS CRUDAS
- FIBRA
- EDULCORANTES ARTIFICIALES NO ACIDOS
- PRODUCTOS LACTEOS

CARIOGENICOS

- PAN
- ARROZ
- FIDEOS
- PASTELES
- CEREALES ENDULZADOS Y DULCES DUROS Y MASTICABLES.
- ALIMENTOS PEGAJOSOS: FRUTAS SECAS, GALLETAS Y DULCES MASTICABLES.

CONCLUSIÓN

LOS ALIMENTOS CARIOGÉNICOS SON AQUELLOS QUE PRODUCEN O PROMUEVEN EL DESARROLLO DE CARIES, ESTOS ALIMENTOS CONTIENEN CARBOHIDRATOS FERMENTABLES, PUEDEN TENER UNA CONSISTENCIA PEGAJOSA Y SE DESCOMPONEN EN AZÚCARES EN LA BOCA POR LA ENZIMA AMILASA DE LA SALIVA, LAS BACTERIAS ORALES PUEDEN FERMENTAR AÚN MÁS EN ÁCIDOS ORGÁNICOS, ESTO REDUCE EL PH EN LA BOCA, LO QUE PUEDE HACER QUE EL ESMALTE DENTAL COMIENZE A DISOLVERSE O DESMINERALIZARSE, LOS ALIMENTOS CARIOESTATICOS NO CONTRIBUYEN A LA FORMACIÓN DE ÁCIDO EN LA CAVIDAD ORAL, ADEMÁS DE ESO, SI SE COMEN PRIMERO, PUEDEN AYUDAR A AMORTIGUAR SOBRE EL ESMALTE DE LOS DIENTES LOS EFECTOS DE COMER ALIMENTOS CARIOGÉNICOS LOS PRINCIPALES ALIMENTOS Y BEBIDAS ANTI-CARIOGÉNICOS SON LA LECHE Y EL QUESO.

Bibliografía

ANTOLOGÍA NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES
GASTROINTESTINALES UNIVERSIDAD DEL SURESTE (UDS).
2022to