

# 30 BOISSONS SUCRÉES, COLLATIONS CARIOGÈNES : COMMENT NOTRE FAÇON DE MANGER INFLUENCE NOTRE SANTÉ DENTAIRE?

**Amélie Charest**, Dt.P., Ms. C., Coordonnatrice de la Chaire de nutrition, Professionnelle de recherche en nutrition à l'Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Chargée de cours en nutrition à la Faculté de médecine dentaire, Université Laval



*L'importance d'une saine alimentation pour le maintien d'une bonne santé buccodentaire est un volet de la nutrition rarement abordé. Pourtant, la carie dentaire est la maladie la plus courante dans le monde. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), 60 à 90 % des enfants scolarisés et près de 100 % des adultes ont des caries<sup>[1]</sup>. La population québécoise n'est pas épargnée. Le Québec présente la pire santé buccodentaire au pays et le plus haut taux de caries chez les enfants<sup>[2]</sup>.*