



### *Saiba Como Perder o Sorriso Amarelo*

"Com o passar dos anos, os nossos dentes vão escurecendo e cada vez mais ficamos com aquele sorriso amarelo. Um problema que tem solução. Com o clareamento dental o paciente pode perder o sorriso amarelo recuperando a cor natural dos dentes."

Mais do que uma limpeza profunda dos canalículos do dente, ele pode ser realizado em consultório ou em casa com um gel, normalmente produtos a base de carbamida. O dentista faz uma moldeira que cobre somente a superfície dental com o gel oxidante que penetra no dente e após algum tempo retira toda a sujeira acumulada.

Com o passar dos anos, os nossos dentes vão escurecendo e cada vez mais ficamos com aquele sorriso amarelo. Um problema que agora já tem uma solução – o clareamento dental.

Mais do que uma limpeza profunda dos canalículos do dente, ele pode ser realizado em consultório ou em casa com um gel, normalmente produtos a base de carbamida. O dentista faz uma moldeira que cobre somente a superfície dental com o gel oxidante que penetra no dente e após algum tempo retira toda a sujeira acumulada.

O tempo de permanência da moldeira nos dentes, dependerá de cada caso. Em consultório, usa-se geralmente de 30 a 40 minutos e são realizadas de três a quatro sessões com intervalo de cinco dias. Em casa, utiliza-se durante toda noite e algumas horas durante o dia.

O tratamento dura de sete a dez dias, podendo variar dependendo do grau do escurecimento. A duração do resultado final depende dos hábitos alimentares e de higiene de cada pessoa. Geralmente, o clareamento deve ser feito uma vez por ano. Os dentes podem voltar a escurecer novamente, porém nunca como eram antes do tratamento.

**Escurecimento** Vários fatores podem provocar o escurecimento dos dentes. As causas mais comuns são os tratamentos de canal ou endodônticos, a ingestão de alimentos muito corantes como refrigerantes, café, vinho tinto, chocolate, legumes e verduras e ainda, o cigarro.

Os dentes possuem vários canalículos que são prolongamentos do próprio nervo; como eles são vazios, tudo o que você come se acumula neles. Por causa dos corantes, os dentes escurecem gradativamente.

Para amenizar o efeito de produtos corantes nos dentes é preciso evitar a ingestão em excesso de alguns alimentos como o café, chocolate e o refrigerante.

Prefira os produtos naturais aos industrializados e faça uma boa escovação dos dentes logo após as refeições. Além disso, é preciso lembrar que a limpeza é muito importante e deve ser regular, pois através dela se retira o tártaro, a placa bacteriana e as manchas de nicotina do esmalte.

Já o clareamento só faz a limpeza interna dos dentes. A recomendação dos dentistas é que se faça primeiro a limpeza, para que os dentes fiquem em condições de proporcionar um clareamento mais eficaz.

Outro ponto que deve ser lembrado é que o clareamento não funciona nos dentes com restaurações e próteses. Geralmente após o clareamento, é possível que o paciente necessite trocar algumas restaurações estéticas ou próteses que podem ficar mais escuras que os dentes saudáveis.

**Alerta** Como o clareamento dental é um processo químico, os odontologistas não recomendam fazer sem a orientação de um profissional. O uso indiscriminado de produtos vendidos por telefone pode trazer problemas como hipersensibilidade e enfraquecimento dos dentes e ainda danos à gengiva, já que as moldeiras que acompanham os produtos são comerciais (isto é, não são completamente adequadas ao formato de sua arcada dentária).

Os especialistas ratificam que este tipo de tratamento só deve ser feito quando recomendado por um profissional experiente. Para que o tratamento seja seguro e efetivo, é preciso usar somente os produtos indicados pelo seu dentista, que normalmente têm a aprovação da Food and Drug Administration (FDA) e da American Dental Association (ADA).

Por isso, é muito importante respeitar as orientações dos fabricantes e do seu dentista. Para ter uma durabilidade maior do tratamento, o paciente deve tomar uma série de medidas fundamentais, como evitar fumar durante o tratamento, alimentos e bebidas que provoquem o escurecimento dos dentes; manter uma boa escovação; durante o tratamento; aguardar pelo menos uma hora antes de fazer as refeições e seguir corretamente as orientações do seu dentista. Equipe Editorial Bibliomed