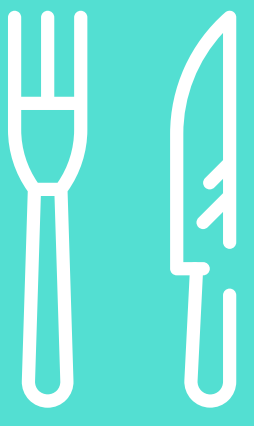


Orientação
e cuidados
**com o
clareamento**

Odontologia

Conquist[®]





Alimentos que **devem ser evitados** durante o clareamento

Existe uma maneira de você se lembrar dos alimentos que devem ser evitados durante o tratamento com clareamento, tanto caseiro quanto em consultório, basta você associar os alimentos que **podem manchar uma roupa branca**, os mesmos podem prejudicar o processo.

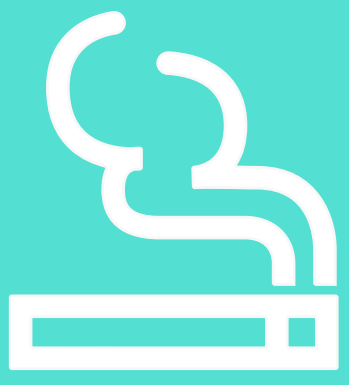
Evite esses alimentos:

- Molhos de tomate e outros pigmentos escuros;
- Bebidas alcoólicas coloridas;
- Refrigerantes coloridos;
- Café e vinho;
- Sucos de uva ou de frutas ácidas;
- Alimentos pigmentados com a cor roxa, como açaí e beterraba;
- Alimentos como biscoito, salgadinhos e doces coloridos artificialmente.

Odontologia

Conquist[®]

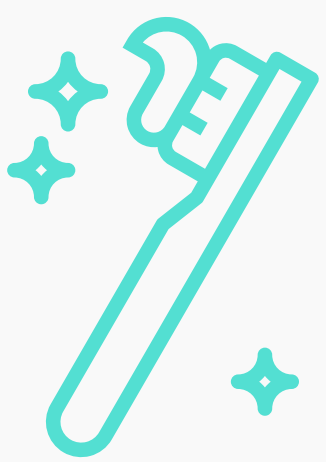




Clareamento e **tabagismo**

O clareamento vai remover as manchas causadas pelo cigarro, mas elas vão voltar rapidamente se o hábito persistir. Caso o fumante busque um sorriso mais branco, é **de suma importância deixar o cigarro de lado**.

Fumantes conseguem sim fazer o clareamento, mas o resultado terá um tempo reduzido caso persista o hábito.



Escove os dentes

Sempre faça a escovação dos dentes após as refeições, **essa prática é crucial para a manutenção dentes brancos**. Por isso, mantenha uma rotina de cuidado diário que inclua escovação, uso de fio dental e enxaguante bucal sem corantes.

O primeiro cuidado está diretamente ligado a higiene bucal.





É comum o dente apresentar **sensibilidade**?

O dente pode sim apresentar um certo grau de sensibilidade, mas é uma característica muito individual, uma pessoa pode apresentar maior sensibilidade do que outra, é recomendado a troca da **escova para uma mais macia** e pastas de dentes que ajudam dentes sensíveis.



Quanto tempo os dentes ficam **sensíveis**?

É muito importante você estar ciente de quanto tempo é comum durar a sensibilidade para que possa monitorar sua saúde bucal. Normalmente a **sensibilidade dura até 15 dias** depois que o clareamento é feito. Caso sinta que ultrapasse o que é suportado, o dentista pode intervir para entender o que está acontecendo.





É possível clarear **dentes restaurados?**

Apenas os dentes naturais sofrem alteração do produto responsável pelo clareamento, sendo assim, pessoas com dentes restaurados conseguem fazer clareamento desde que as restaurações sejam **trocadas** no final do tratamento para manter a **tonalidade e harmonia** do sorriso.

Quanto meu dente irá clarear?



O resultado **varia de paciente para paciente**, pois cada organismo responde de forma diferente ao agente clareador e depende da resposta biológica de cada um. Não é possível prever quantos tons irá clarear.





Pós **clareamento**

Para ter um resultado mais prolongado é importante que continue sendo evitado o consumo dos alimentos descritos anteriormente, mas o mais importante é que se tenha uma **higienização bucal completa**, com o frequente uso do fio dental, após as refeições e antes de dormir.

Além disso, é importante a **visita ao dentista a cada 6 meses** para manter a saúde bucal em dia e os dentes, livres das manchas.

