

# O QUE É A HIPERSENSIBILIDADE DENTÁRIA?

## Algumas formas de prevenir a hipersensibilidade dentária

- Escove seus dentes e limpe-os com fio dental duas vezes ao dia para prevenir a perda de gengiva.

- Certifique-se de limpar cada parte da boca, incluindo o espaço entre os dentes e a zona situada ao longo da linha da gengiva.



- Escove com suavidade e utilize uma escova de cerdas ultramacias.
- Isto ajudará a prevenir a perda de gengiva e protegerá o esmalte dental para que não se desgaste.
- Evite os alimentos e as bebidas com conteúdo ácido.

Se você continuar tendo hipersensibilidade, consulte seu dentista que poderá ter outras sugestões.

## Em resumo...

- A hipersensibilidade dentária é a sensação dolorosa que você pode ter ao ingerir alimentos ou bebidas frias ou quentes.
- Ela ocorre quando as gengivas se retraem, separando-se dos dentes, ou quando há uma perda de gengiva. Isto ocasiona hipersensibilidade porque faz com que fique exposta a raiz do dente, situada debaixo da linha da gengiva.
- Utilize uma escova de cerdas ultramacias para evitar ferir as gengivas e os dentes.
- Você também pode consultar o seu dentista sobre cremes dentais para dentes hipersensíveis.



**Para obter mais informações sobre prevenção da hipersensibilidade dentária, consulte o seu dentista.**



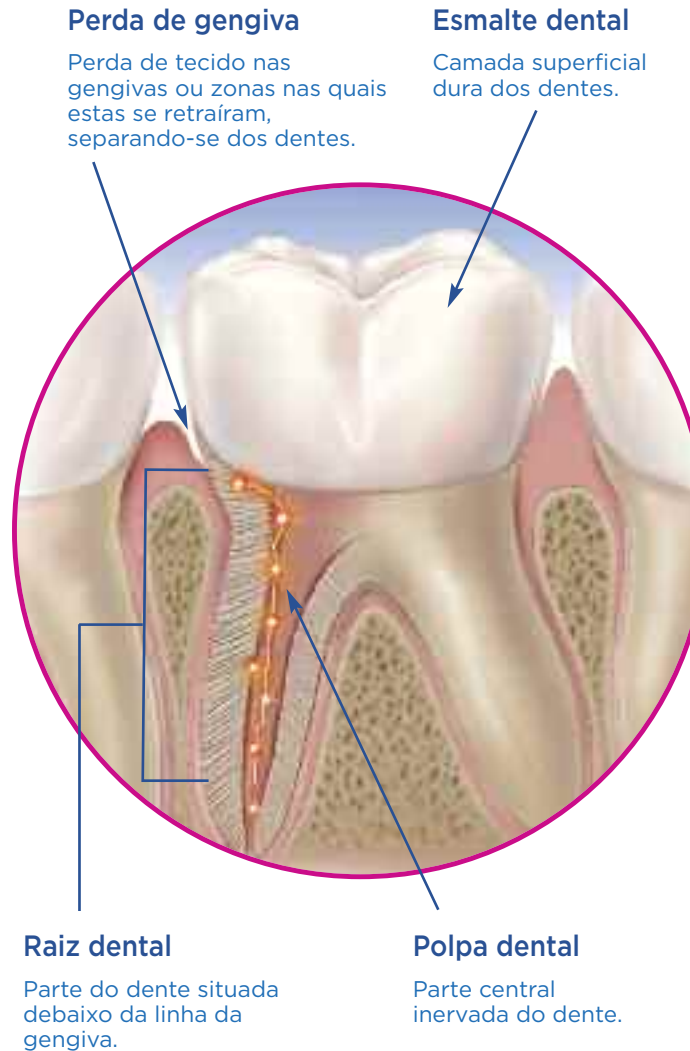
# O que é a hipersensibilidade dentária?

A hipersensibilidade dentária é a sensação dolorosa que você pode ter ao ingerir alimentos ou bebidas frias ou quentes. Também é possível sentir dor ao aspirar ar frio.

Essa hipersensibilidade pode se apresentar quando as gengivas se retraem, separando-se dos dentes, ou quando há perda de gengiva. A **perda de gengiva** pode ser o resultado de escovar os dentes com força excessiva ou de não os escovar nem limpá-los regularmente com fio dental.

Quando há perda de gengiva, a parte do dente que está abaixo da linha da gengiva, chamada **raiz dental**, pode ficar exposta. Ela encontra-se conectada ao tecido inervado (“nervo”) do centro do dente por pequeníssimos dutos cheios de líquido. Este tecido inervado se denomina **polpa dental**. Quando estes dutos entram em contato com calor ou frio, o líquido que eles contêm pode estimular o nervo e causar dor nos dentes.

Também pode haver hipersensibilidade dental se a camada superficial dura do dente, chamada de **esmalte dental**, é desgastada.



A hipersensibilidade dental pode ir e vir, mas ignorá-la pode levar a outros problemas bucais.

## Fatores que contribuem para a hipersensibilidade dental

- Escovar os dentes com muita força, com uma escova de cerdas duras.
  - Pode causar perda de gengiva.
- Comidas e bebidas que contêm ácidos ou açúcares.
  - As bebidas cola ou gaseificadas, os sucos de frutas e os refrigerantes que contêm açúcar podem contribuir para a formação de cáries, o que, por sua vez, pode ocasionar hipersensibilidade.
- Apertar ou ranger os dentes.
  - Pode causar um desgaste das superfícies dentárias.
- Limpeza ou tratamentos dentários.
  - A hipersensibilidade pode se apresentar depois de se submeter a limpezas ou tratamentos, tais como branqueamento dentário. Em geral desaparece pouco a pouco, depois de terminar o tratamento. Diante de qualquer incômodo, consulte o seu dentista.