

VOCÊ SABE O QUE É EROSÃO DENTÁRIA?

O que é EROSÃO DENTÁRIA?

É uma lesão de desgaste do dente causada por ácido presente nas bebidas e alimentos ou do ácido do estômago.



PREVENÇÃO DA EROSÃO

Para você não ter problemas, vai **DEPENDER DO SEU COMPORTAMENTO!** Tomar Coca-Cola não é proibido! Prefira tomar com canudo (evita o contato da bebida com os dentes) e diminua a frequência de ingestão. Se o problema for de refluxo gástrico ou se você provoca o vômito, **PROCURE O DENTISTA OU MÉDICO.**

PROBLEMAS DE REFLUXO GÁSTRICO E VÔMITO FREQUENTE (BULIMIA) CAUSAM EROSÃO



A EROSÃO DENTÁRIA É IRREVERSÍVEL

Não é possível recuperar o que foi perdido, ou seja, o tratamento será feito com restauração ou colocação de prótese da parte perdida.

O que causa a EROSÃO DENTÁRIA?

Comer ou beber alimentos ácidos, como por exemplo, ingerir refrigerante e frutas cítricas (limão, abacaxi...) Comer ou beber alimentos doces, como por exemplo, ingerir balas, chicletes, chocolate, biscoitos recheados e outras guloseimas, causa **CÁRIE.**



SINAIS E SINTOMAS

Os dentes apresentam com fraturas ou com desgaste e alguns casos apresenta dor ao calor ou frio. Apenas dor, pode ser sinal de cárie e não de erosão.



HÁBITOS ASSOCIADOS AO APARECIMENTO DA EROSÃO

Escovar os dentes imediatamente após a ingestão de alimentos ou bebidas ácidas pioram a situação, pois o dente já está fragilizado por causa do ácido, e escovar vai desgastar ainda mais os dentes. Portanto, espere 30 min para escovar seus dentes depois que comer ou beber algum alimento ácido! O importante é escovar os dentes para não causar cárie!



MASCAR CHICLETE SEM AÇÚCAR E INGERIR LEITE E DERIVADOS É BOM

Ao mascar chiclete, estimula a produção de saliva. Importante o chiclete não conter açúcar para não causar cárie. O consumo de derivados do leite, como queijo e iogurte, podem diminuir o risco da erosão dentária por causa do cálcio. Portanto, comer um pedaço de queijo após tomar refrigerante, pode ser muito bom!

Elaborado por:
Profa. Dra. Melissa Thiemi Kato
Esthefany Karoline Moreno Neves

Apoio:

