

RELAÇÃO ENTRE CLAREAMENTO DENTAL DE CONSULTÓRIO E RESTRIÇÃO DE CORANTES NA ALIMENTAÇÃO: revisão de literatura¹

RELATIONSHIP BETWEEN OFFICE DENTAL WHITENING AND RESTRICTION OF DYE IN FOOD: literature review

LIMA, Francielle Gonçalves de²
FREITAS, Kleber Silva de³
FIRMIANO, Tainah Costa⁴

RESUMO

Introdução: no campo da odontologia estética, o clareamento dental se destaca, e vem sendo cada vez mais utilizado na prática clínica, por ser conservador, de baixo custo, eficaz e trazem excelentes resultados. Contudo, ainda há muitas dúvidas e desinformação sobre o clareamento dental, não só entre pessoas leigas, como em meio aos profissionais da área. **Objetivo:** analisar os fatores que influenciam no tratamento clareador e sua relação com a alimentação com corantes por meio de revisão de literatura. **Metodologia:** o presente estudo foi realizado por meio de uma revisão bibliográfica e análise documental dos anos de 2012 a 2022, em que as reflexões e discussões foram construídas com base no referencial teórico sobre a influência da restrição alimentar durante o procedimento de clareamento dental. Foram pesquisados artigos científicos, com registros inseridos em bases de dados on-line: *PubMed*, *Lilacs*, *Bireme* e no *Google Acadêmico*. **Resultado e conclusão:** bebidas/alimentos que não são considerados parte de uma dieta branca não afetam negativamente o processo do clareamento dental. Os corantes e pigmentos oriundos da dieta podem sofrer um processo de impregnação na superfície dental. Porém, a restrição alimentar durante o clareamento dental é um tópico controverso. Além disso, modificar os hábitos alimentares do paciente pode ser algo difícil e desagradável.

Palavras-chave: pigmentos; estética dentária; odontologia; dieta; dentes.

ABSTRACT

Introduction: in the field of aesthetic dentistry, tooth whitening stands out, and has been increasingly used in clinical practice, as it is conservative, low-cost, effective and brings excellent results. However, there are still many doubts and misinformation about tooth whitening, not only among lay people, but also among professionals in the area. **Objective:** to analyze the factors that influence the bleaching treatment and its relationship with food with dyes through a literature review. **Methodology:** the present study was carried out through a literature review and document analysis from

¹Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Inhumas - FacMais, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Odontologia, no segundo semestre de 2022.

²Acadêmicos do 10º Período do curso de Odontologia pela Faculdade de Inhumas. E-mail: franciellelima@aluno.facmais.edu.br

³Acadêmicos do 10º Período do curso de Odontologia pela Faculdade de Inhumas. E-mail: kleberfreitas@aluno.facmais.edu.br

⁴Professora-Orientadora. Mestre em Odontologia. Docente da Faculdade de Inhumas. E-mail: tainah@facmais.edu.br

2012 to 2022, in which reflections and discussions were built based on the theoretical framework on the influence of food restriction during the tooth whitening procedure. Scientific articles were searched, with records entered in online databases: PubMed, Lilacs, Bireme and Google Scholar. **Result and conclusion:** drinks/foods that are not considered part of a white diet do not negatively affect the tooth whitening process. Dyes and pigments from the diet can undergo an impregnation process on the tooth surface. However, food restriction during tooth whitening is a controversial topic. In addition, modifying the patient's eating habits can be difficult and unpleasant.

Keywords: pigments; dental aesthetics; dentistry; diet; teeth.

1 INTRODUÇÃO

O clareamento dental é um dos procedimentos mais buscados pelos pacientes nos consultórios odontológicos, devido aos padrões estéticos estabelecidos pela cultura moderna, que tem como modelo de beleza dentes cada vez mais brancos e bem contornados (JOINER *et al.*, 2006; KIHN, 2007; GOLDBERG *et al.* 2010; VILELA *et al.*, 2021). Diante disto, várias técnicas e materiais podem ser utilizados para clarear os dentes. O objetivo da técnica clareadora baseia-se no uso de substâncias com alto poder de liberação de oxigênio. Com isso, ocorre uma reação química de oxidação, com a incorporação de macromoléculas estáveis à estrutura dental, que são quebradas e difundidas ao meio externo (CARDOSO *et al.*, 2011).

Para que o cirurgião dentista consiga clarear os dentes com sucesso, é necessário entender a causa raiz da mancha para que um plano de tratamento possa ser adaptado à realidade de cada paciente. As manchas podem ser classificadas como internas e externas. O clareamento dental tradicional possui duas técnicas principais: a forma caseira e a de consultório. A técnica caseira usa moldeiras personalizadas à arcada do paciente gel clareador com menores porcentagens. Na forma de consultório, é o cirurgião dentista quem realiza todo o procedimento, visto que, a concentração do gel clareador é maior (BARBOSA *et al.*, 2015; VILELA *et al.*, 2021).

Diante da literatura revisada observou-se que ainda há divergências quanto à interferência da dieta de corante no resultado do tratamento clareador e que esse tratamento causa alterações importantes na superfície dos tecidos dentários, embora os trabalhos mais recentes apontam para que a dieta não é capaz de interferir no resultado e longevidade do clareamento dental obtido (MELO, 2020). Desta forma, esse estudo vem trazer o que a literatura apresenta quanto a necessidade da indicação pelo cirurgião dentista da restrição alimentar, durante o clareamento dental, considerando o resultado do tratamento clareador.

O estudo tem como finalidade investigar a relação entre clareamento dental de consultório e a restrição de corantes da dieta durante o período de clareamento. Identificando os tipos de protocolo para clareamento dental de consultório; comparando o resultado do clareamento com e sem a restrição de corantes na dieta e avaliando a influência dos corantes da dieta no tempo e eficácia do clareamento dental (SANTANA, 2019).

2 QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA À SAÚDE BUCAL

A estética está relacionada ao bem-estar de um indivíduo e os dentes têm uma função muito importante, pois é considerado o cartão de visita de uma pessoa, portanto quando o formato e cor estão esteticamente insatisfatórios o paciente logo procura um profissional. Sendo assim, o campo da odontologia cada dia mais busca desenvolver técnicas, materiais e procedimentos que tragam uma melhoria na aparência do sorriso (DIAS, 2018). Pensando nisso, o clareamento dental surgiu como uma opção conservadora utilizada como medida corretiva para o tratamento das pigmentações dentárias (TRUIZ, 2012). A cor de um dente saudável depende de cada pessoa. A coloração é uma característica genética e, por isso, podemos encontrar dentes saudáveis mais amarelados ou acinzentados sem que isso seja causado pela falta de limpeza (DIAS, 2018). Contudo a pigmentação dentária pode se alterar por diversos fatores, como idade, má higienização, cigarro e uso de medicamentos.

Para que o tratamento clareador seja eficaz, o cirurgião dentista deve ter conhecimento a respeito dos tipos de manchamentos e saber diagnosticar a etiologia das alterações de cor, pois dependendo da causa, o prognóstico poderá ser favorável ou não (ARAUJO *et al.*, 2015). As pigmentações presentes na estrutura dentária podem ser classificadas em duas categorias: pigmentações intrínsecas e pigmentações extrínsecas, de acordo com a sua localização e causas (DIAS, 2018). A pigmentação extrínseca é considerada a mais comum e ocorre na maioria das vezes devido à deposição de pigmentos na superfície dos dentes logo após a erupção dos mesmos, através da interação química entre os compostos cromogênicos provenientes da dieta e a superfície dentária (TRUIZ, 2012; ALVES *et al.*, 2017; DIAS, 2018). Deste modo, essas pigmentações podem ser minimizadas por meio de hábitos de higiene oral corretos (DIAS, 2018). A pigmentação intrínseca, se dá por meio de uma alteração na composição estrutural ou na espessura dos tecidos dentários. Sabe-se que várias doenças metabólicas e fatores sistêmicos afetam a dentição durante o seu desenvolvimento, causando pigmentações dentárias (DIAS, 2018).

Essas pigmentações podem ocorrer devido a doenças sistêmicas, alterações durante a formação do dente, trauma dental, necrose pulpar, uso de fármacos, excesso de flúor e pelo próprio processo de envelhecimento dental. Sua localização e severidade estão diretamente relacionadas com o tempo em que essas substâncias entraram em contato com os tecidos dentais em formação (SANTOS, 2017; DIAS, 2018). Além dos manchamentos por substâncias corantes, há ainda o biofilme, detritos de comidas e compostos metálicos que também influenciam no manchamento (SANTOS, 2017).

Os agentes clareadores quando entram em contato com a estrutura dental, liberam radicais livres capazes de oxidar o pigmento que por sua vez se transformam em compostos mais claros ou seja ocorre clareamento, então, as partículas que estavam pigmentadas param de ser quebradas (ARAUJO *et al.*, 2015). Alguns autores dizem que as técnicas de clareamento dental são muito eficientes, porém ela causa aumento da permeabilidade e desmineralização da superfície do dente, podendo aumentar a susceptibilidade à pigmentação (TRUIZ, 2012; SOUZA, 2015; SANTOS, 2017; DIAS, 2018). Essa nova pigmentação da estrutura dentária pode levar a necessidade de um novo clareamento dental que culminará em novas alterações, criando-se um ciclo (TRUIZ, 2012).

A ingestão de alimentos é recomendada somente duas horas após o clareamento devido à ação de reposição de minerais pela saliva. Caso o paciente não siga as recomendações, ocorrerá interferência nos resultados finais (TRUIZ,

2012). Souza (2015) relata que uma possibilidade de reduzir os problemas de desmineralização da estrutura dentária ocasionados pela utilização dos peróxidos nas técnicas do clareamento dental é a realização do polimento pós tratamento clareador. Mas há outros autores que afirmam que mesmo quando realizado por agentes clareadores de altas concentrações e por repetidas vezes, não é capaz de produzir alterações permanentes na superfície do esmalte, pois a saliva humana poderia ser capaz de eliminar os efeitos da desmineralização (ALVES *et al.*, 2017; DIAS, 2018).

A saliva tem um papel muito importante neste processo, pois apresenta alto potencial remineralizador. Logo, se tem a ideia de que o manchamento durante o clareamento pode ser evitado pelo contato prolongado do dente com a saliva, que tem capacidade de reverter a perda mineral e a porosidade do esmalte, causados pelo clareamento (SANTOS, 2017). Durante e após o clareamento dentário, o cirurgião dentista deve orientar o paciente sobre o procedimento e os cuidados que devem ser tomados (DECKER, 2017). Propor uma restrição alimentar aos pacientes que fazem o tratamento de clareamento dental se torna um grande inconveniente, o ideal seria que a ingestão das substâncias corantes, durante ou após o clareamento, não interferisse na eficácia dos agentes clareadores (CAVALCANTE, 2015).

3 METODOLOGIA

O estudo trata-se de uma revisão da literatura em busca de artigos científicos que tenham avaliado a relação entre clareamento dental de consultório e a influência dos corantes da alimentação na sua eficácia. Foram realizadas pesquisas em bases de dados eletrônicas da área da saúde: *PubMed*, *Lilacs*, *Bireme* e no *Google Acadêmico*.

As buscas foram realizadas por meio da seguinte estratégia de pesquisa: pigmentos; estética dentária; odontologia; dieta; dentes. Além de serem utilizados sinônimos, termos relacionados e termos livres. A estratégia de busca foi modificada de acordo com as regras de sintaxe de cada banco de dados. Na fase de seleção do estudo, foi lido o título e o resumo das referências identificadas na busca nas bases de dados e aplicados os critérios de elegibilidade.

Os dados foram apresentados por meio de descrição quantitativa (número de estudos avaliados, dados de frequência das informações extraídas) e qualitativa (descrição e comparação dos resultados dos artigos selecionados). Os trabalhos obtidos foram analisados inicialmente a partir dos títulos e resumos, quanto aos seguintes critérios de inclusão e exclusão conforme apresentados na tabela 1.

Tabela 1. Os critérios de inclusão e exclusão dos artigos.

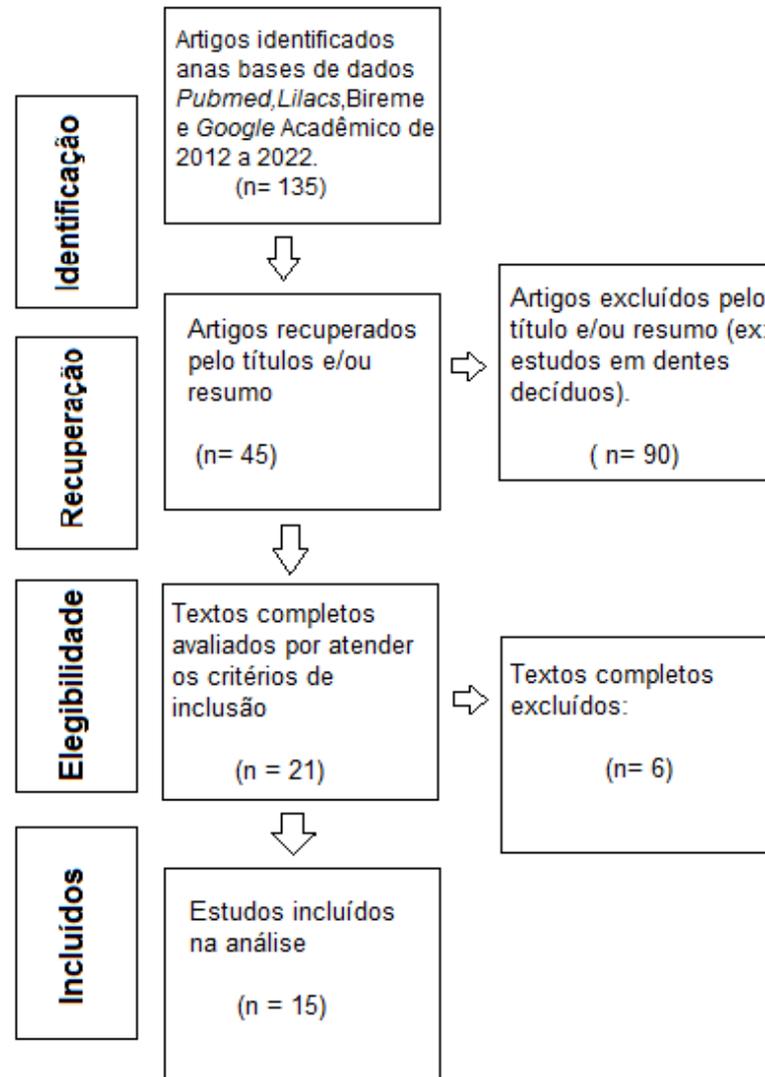
Crítérios de inclusão	Crítério de exclusão
<ul style="list-style-type: none"> • Artigos publicados em português e inglês 	<ul style="list-style-type: none"> • Editoriais e protocolos
<ul style="list-style-type: none"> • Estudos clínicos 	<ul style="list-style-type: none"> • Estudos publicados a mais de 10 anos
<ul style="list-style-type: none"> • Estudos Laboratoriais 	<ul style="list-style-type: none"> • Séries de casos
<ul style="list-style-type: none"> • Tempo de publicação dos 	

estudos (2012 a 2022)	
-----------------------	--

Fonte: Próprios autores (2022).

A figura 1 apresenta o fluxograma do processo de seleção dos artigos coletados.

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos artigos coletados para análise do presente estudo.



Fonte: Autores (2022).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Caracterização dos documentos selecionados do estudo

As bases de dados escolhidas *PubMed*, *Lilacs*, *Bireme* e no *Google Acadêmico*, demonstraram após a seleção das palavras-chaves (pigmentos; estética dentária; odontologia; dieta; dentes), um total de 135 artigos encontrados. Seguidamente, foram excluídos da revisão de literatura artigos que não eram adequados com os critérios pré-selecionados, que são editoriais, protocolos, estudos

publicados a mais de 10 anos e séries de casos, entre os anos de 2012 a 2022, todos no idioma português e inglês. Posteriormente, a estes critérios, foi obtido um resultado de 15 artigos selecionados para a análise. Analisando os artigos, vemos que a dieta alimentar não interfere no resultado do clareamento dental, independente da técnica.

Sendo assim entende-se que as técnicas de clareamento dental são muito eficazes, porém alguns fatores clínicos podem interferir na coloração dentária, são exemplos de alguns desses fatores: a ingestão de corantes em alimentos que deixam uma pigmentação, condições genéticas, má higienização, o uso do tabaco e medicamentos que podem escurecer os dentes (SILVA, 2011).

Acredita-se que os alimentos/bebidas ricos em pigmentos podem comprometer o resultado final do clareamento, interferindo negativamente no resultado final. A recomendação para pacientes em tratamento de clareamento dental é a utilização da dieta branca, que consiste em uma dieta onde alimentos e bebidas com corantes não fazem parte, tais como o café, vinho e refrigerantes (BRISO *et al.*, 2016). Já Kose *et al.* (2016) constataram que não há nenhum estudo mostrando clinicamente a eficácia dos tratamentos clareadores pela mudança de cor, mas, relatou que a técnica de consultório, dependendo do produto utilizado, necessita de um tempo mais curto que ao tratamento caseiro mas, ao final do tratamento, ambos apresentam mudança de cor similar.

De acordo com Hass *et al* (2019), as colorações de alguns produtos de alimentos demonstram manchar a estrutura dentária, afetando, assim, a longevidade do produto, assim como o resultado final. Um estudo laboratorial feito por Matis *et al* (2015) mostrou que em pacientes que apresentavam dentes mais escuros causados pelo consumo de bebidas com corantes, houve melhor resultado durante o tratamento em relação à diferença de cores, quando comparado aos pacientes que apresentavam tons mais leves de escurecimento, por não terem uma dieta com consumo de alimentos/ bebidas com corantes.

De Geus *et al* (2015), demonstraram clinicamente que a exposição de alimentos/ bebidas com corantes não altera o resultado do clareamento dental. Estudos afirmam que bebidas/alimentos que não são considerados parte de uma dieta branca não afetam negativamente o processo do clareamento dental (KARADAS *et al.*, 2014; MATIS *et al.*, 2015).

Perante a discussão entre os artigos e os pontos apresentados entre eles, podemos observar uma similaridade quando falamos sobre a procura de clareamento dental. Hoje em dia as pessoas procuram sorrisos mais brancos e harmoniosos, para isso é indicado o clareamento dental, dependendo das necessidades e particularidades de cada paciente.

Os principais resultados dos artigos selecionados estão disponíveis no quadro 1 abaixo.

Quadro 1 – Distribuição dos artigos que fizeram parte do presente estudo.

AUTOR(ES), TÍTULO, PERIÓDICO/LIVRO, ANO	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVO	CONCLUSÃO
CLAUDINO, D. L. <i>et al.</i> Efeito de agentes manchantes esmalte o clareamento do atendimento: estudo dental durante estudo in vitro. Revista	Estudo <i>in vitro</i>	Avaliar a influência de agentes pigmentantes sobre o esmalte	O contato de agentes pigmentantes no esmalte dental bovino não influenciou o resultado final

de Odontologia da UNESP , v. 49, 2020.		dental durante o tratamento clareador imediato com peróxido de hidrogênio a 35%.	do clareamento dental imediato.
CÂMARA, João Victor Frazão <i>et al.</i> Efeito da coloração do esmalte dentário pelo consumo de café durante o clareamento dentário caseiro com peróxido de carbamida. Revista de Odontologia da UNESP, v. 49, 2020.	Ensaio clínico	Avaliar a mudança de cor causada pela imersão dos dentes bovinos na solução de café durante o clareamento dentário caseiro, utilizando gel de peróxido de carbamida a 16%.	O café não interferiu nos resultados do clareamento dental, independentemente do tempo após o procedimento. Portanto, restrições alimentares não são necessárias durante o clareamento dental.
BRISO, A. L. <i>et al.</i> An in situ study of the influence of staining beverages on color alteration of bleached teeth. Operative Dentistry, [s. l.], v. 41, n. 6, p. 627–633, 2016.	Estudo clínico	Avaliar a alteração de cor global em fragmentos de dentes bovinos submetidos ao tratamento clareador dental realizado simultaneamente com a ingestão de bebidas contendo corantes.	O clareamento dental associado ao consumo de substâncias corantes pode não afetar a mudança geral da cor do dente ao final do tratamento, embora o consumo de substâncias corantes tenha influenciado as diferentes dimensões de cor.
CAVALCANTE, D. H. B. Influência da frequência de ingestão de café na cor dos dentes durante o clareamento com peróxido de hidrogênio a 35%. 2015.	Estudo <i>in vitro</i>	Avaliar a influência da frequência de ingestão de café na cor dos dentes durante o clareamento com peróxido de hidrogênio a 35% e quantificar as alterações de cor através do espectrofotômetro easyshade durante as sessões de clareamento dentário em	Houve interferência na eficácia do clareamento sendo dose-dependente.

		diferentes frequências de ingestão de café, dando subsídios para um correto diagnóstico e planejamento o que determina um melhor prognóstico.	
DECKER, F. W. A dieta corante interfere no resultado do clareamento dental? Uma revisão sistemática. 2017.	Revisão sistemática	Avaliar, através de uma revisão sistemática, se há interferência de alimentos e bebidas corantes no resultado final do clareamento dental, de ambas as técnicas, caseira e de consultório.	Apesar de mais estudos primários serem necessários, considerando os estudos incluídos e as limitações deste trabalho, podemos recomendar que alimentos corantes sejam evitados no clareamento de consultório e que essa recomendação é dispensável no clareamento caseiro.
DE GEUS, J. L. de; BERSEZIO, C.; URRUTIA, J.; YAMADA, T.; FERNÁNDEZ, E.; LOGUERCIO, A. D.; REIS, A. KOSSATZ, S. Effectiveness of and Tooth Sensitivity with at-Home Bleaching in Smokers. The Journal of the American Dental Association, v. 146, n. 4, p. 233–240, 1 abr. 2015.	Ensaio clínico	Avaliar a sensibilidade dentária em pacientes fumantes e não fumantes após o clareamento dentário caseiro.	A eficácia imediata da ST relacionada ao clareamento e ao clareamento não foi afetada pelo tabagismo.
DIAS, C. O. M. Pigmentação dentária promovida pela dieta: o que esperar? 2018.	Estudo <i>in vitro</i>	Avaliar o potencial de pigmentação de determinadas bebidas sobre a estabilidade da cor dos elementos dentários.	Todas as soluções testadas neste estudo apresentaram capacidade de pigmentar a estrutura dentária, sendo a coca-cola a que mais contribuiu para a pigmentação dentária. Os métodos de comparação de cor em estudo apresentaram concordância na maioria das situações.
BISPO, Luciano Bonatelli. Clareadores dentários contemporâneos: tópicos. Revista de Odontologia da	Ensaio clínico	Discorrer sobre os avanços e empecilhos do clareamento	Concluiu-se que uma menor concentração do agente clareador, aplicado em um

<p>Universidade Cidade de São Paulo, v. 30, n. 2, p. 177-189, 2018.</p>		<p>dentário, buscando-se ênfase na química dos agentes clareadores para melhor entendimento das indicações, prognóstico e longevidade dos resultados alcançados.</p>	<p>período de tempo estendido, é opção mais confiável, quando se conhece o processo químico dos clareadores empregados nessa terapêutica.</p>
<p>NASCIMENTO, Leila da Silva Borges et al. Avaliação do impacto do clareamento dental na qualidade de vida de pacientes adultos. <i>Journal Health NPEPS</i>, v. 3, n. 2, p. 392-401, 2018.</p>	<p>Pesquisa laboratorial</p>	<p>Avaliar o impacto do clareamento dental profissional na qualidade de vida dos pacientes.</p>	<p>O OHIP 14 mostrou que o procedimento clareador favorece a estética dos indivíduos, melhorando sua qualidade de vida e, diminuindo assim, o estresse frente aos impactos psicológicos na sociedade.</p>
<p>KARADAS, Muhammet; SEVEN, Nilgun. The effect of different drinks on tooth color after home bleaching. <i>European Journal of Dentistry</i>, [s. l.], v. 8, n. 2, p. 249–253, 2014.</p>	<p>Pesquisa laboratorial</p>	<p>Avaliar a influência da coloração de café, chá, cola e vinho tinto na cor dos dentes após o clareamento caseiro.</p>	<p>Após o clareamento dental, os pacientes devem evitar bebidas que causem manchas nos dentes, principalmente vinho tinto, chá e cola.</p>
<p>KOSE, C. et al. Comparison of the effects of inoffice bleaching times on whitening and tooth sensitivity: A single blind, randomized clinical trial. <i>Operative Dentistry</i>, [s. l.], v. 41, n. 2, p. 138–145, 2016.</p>	<p>Ensaio clínico</p>	<p>Comparar a eficácia do clareamento (BE) e a sensibilidade dentária (TS) do clareamento de consultório aplicado sob diferentes protocolos de tempo.</p>	<p>Uma única aplicação de 15 minutos produziu menos TS, mas reduziu o BE. O protocolo com 2×15 produziu um grau de BE semelhante ao do grupo 3×15, mas com intensidade de TS global reduzida.</p>
<p>MATIS, B. A. et al. White diet: Is it necessary during tooth whitening?. <i>Operative Dentistry</i>, [s. l.], v. 40, n. 3, p. 235–240, 2015.</p>	<p>Estudo <i>in vivo</i></p>	<p>Determinar se uma dieta branca é necessária, avaliando os efeitos do café, chá, vinho e frutas escuras no potencial de</p>	<p>O grau de clareamento dental aumentou à medida que o número de xícaras de café/chá consumidas durante o clareamento dental aumentou, embora a mudança não tenha</p>

		clareamento dental durante o processo de clareamento.	sido clinicamente relevante. Indivíduos que consumiram vinho tinto/fruta escura não tiveram diferença no ΔL^* em comparação com os indivíduos que não consumiram. Aderir a uma dieta branca durante o processo de clareamento dental não melhorou o resultado estético.
CHARAMBA, Caroline de Farias et al. Efeito dos agentes clareadores na remoção de pigmentos e na resistência de união de resinas compostas bulk-fill: um estudo in vitro. Revista de Odontologia da UNESP , v. 47, n. 5, p. 298-304, 2018.	Estudo <i>in vitro</i>	Avaliar a alteração de cor (ΔE) e resistência de união (μTBS) de RCBF a dentina após imersão em bebidas e aplicação de um sistema clareador.	As RCBFs demonstraram uma similar estabilidade de cor quando comparado a RCC. As RCBFs apresentaram maior resistência de união a dentina que a RCC na maioria das condições avaliadas. O agente clareador não foi efetivo no clareamento dos dentes restaurados.
CORREIA, Ayla Macyelle de Oliveira et al. Influência de soluções com potencial de pigmentação na cor dos dentes após clareamento com peróxido de carbamida a 22%. <i>Revista de Biociência</i> , pág. 1106-1112, 2017.	Pesquisa laboratorial	Este estudo investigou o efeito dos pigmentos na estabilidade da cor dos elementos dentários durante o clareamento dental.	Pode-se concluir que todas as soluções continham pigmentos que promoviam manchas na superfície. No entanto, o esmalte clareado foi suscetível ao manchamento com molho de soja (Shoyu), enquanto outras substâncias não interferiram no clareamento dental.
CAVALCANTE, Larissa et al. Color change, tooth sensitivity, aesthetic self-perceptions and quality of life after at-home dental bleaching. <i>Brazilian Dental Science</i> , v. 25, n. 1, 2022.	Pesquisa laboratorial	O objetivo deste estudo foi determinar a alteração de cor, sensibilidade dentária, autopercepção estética e qualidade de vida após clareamento dental caseiro.	O clareamento dental caseiro foi eficaz no clareamento geral e a mudança de cor não esteve relacionada à sensibilidade. O tratamento clareador teve impacto positivo na qualidade de vida, reduzindo o desconforto psicológico e melhorar a autoconfiança dental

			e a autopercepção estética.
--	--	--	-----------------------------

Fonte: dados da Pesquisa.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Perante a revisão de literatura, conclui-se que alguns cirurgiões-dentistas ainda costumam realizar orientações alimentares durante o tratamento de clareamento dental, para que não haja um comprometimento dos resultados estéticos. Pois sabe-se que o alto consumo de café, chá, chimarrão, refrigerantes, alimentos com corante e o fumo, podem resultar no manchamento superficial dos dentes.

Porém, após estudos e comparativos chegamos a conclusão de que bebidas/alimentos que não são considerados parte de uma dieta branca não afetam negativamente o processo do clareamento dental. Os corantes e pigmentos oriundos da dieta podem sofrer um processo de impregnação na superfície dental. A restrição alimentar durante o clareamento dental é um tópico controverso. Além disso, modificar os hábitos alimentares do paciente pode ser algo difícil e desagradável.

Sendo assim a principal vantagem do clareamento é o retorno positivo do paciente do ponto de vista pessoal, aumentando sua autoestima e trazendo melhorias nas suas relações sociais.

REFERÊNCIAS

ALVES, F. *et al.* **Influência de alimentos de coloração escura no clareamento dental: revisão de literatura.** 2017. 39 f. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em odontologia) – Faculdade Integrada de Pernambuco, Recife, 2017. Disponível em: <<https://openrit.grupotiradentes.com/xmlui/handle/set/1786>>. Acesso em 12 de Abril de 2022.

ARAÚJO, J. L. S. *et al.* Técnicas de clareamento dental-revisão de literatura. **Revista Pró-univerSUS**, Vassouras, v. 6, n. 3, p. 35-37, jul./dez. 2015. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/40445>>. Acesso em: 21 de Março de 2022.

BRISO, A. L. *et al.* An in situ study of the influence of staining beverages on color alteration of bleached teeth. **Operative Dentistry**, [s.l.], v. 41, n. 6, p. 627–633, São Paulo, 2016. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/162147>>. Acesso em : 8 de Setembro de 2022.

BISPO, L. B. Clareadores dentários contemporâneos: tópicos. **Revista de Odontologia da Universidade Cidade de São Paulo**, v. 30, n. 2, p. 177-189, São Paulo, 2018. Disponível em : <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/12/966297/odonto_02_2018_177-189.pdf>. Acesso em : 22 de Setembro de 2022.

CÂMARA, J. V. F. *et al.* Efeito da coloração do esmalte dentário pelo consumo de café durante o clareamento dentário caseiro com peróxido de carbamida. **Revista de Odontologia da UNESP**, v. 49, São Paulo, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rounesp/a/DzgZYKcH6PwwJ6hzptbX6fN/?format=pdf&lang=en>>. Acesso em 22 de Setembro de 2022.

CARDOSO, R. M. *et al.* Clareamento interno: uma alternativa para discromia de dentes tratados endodonticamente TT. **Odontol. clín.-cient**, [S.l.], v. 10, n. 2, p. 177–180, 2011. Disponível em: <http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-38882011000200016>. Acesso em 16 de Novembro de 2022.

CAVALCANTE, D. H. B. **Influência da frequência de ingestão de café na cor dos dentes durante o clareamento com peróxido de hidrogênio a 35%. 2015.** 26 f. Monografia (Graduação) – Departamento de Odontologia, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2015. Disponível em: <<https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/39257?mode=full>>. Acesso em 05 de Março de 2022.

CAVALCANTE, L. *et al.* Color change, tooth sensitivity, aesthetic self-perceptions and quality of life after at-home dental bleaching. **Brazilian Dental Science**, v. 25, n. 1, Rio de Janeiro, 2022. Disponível em <<https://doi.org/10.4322/bds.2022.e2739>>. Acesso 22 de Setembro de 2022.

CHARAMBÁ, C. F. *et al.* Efeito dos agentes clareadores na remoção de pigmentos e na resistência de união de resinas compostas bulk-fill: um estudo in vitro. **Revista de Odontologia da UNESP**, v. 47, n. 5, p. 298-304, São Paulo, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rounesp/a/m8dRv6rgLdyFPXGk4T7Rt9D/?format=pdf&lang=en>>. Acesso em 25 de Setembro de 2022.

CLAUDINO, D. L. *et al.* Efeito de agentes manchantes esmalte esmalte o clareamento do atendimento: estudo dental durante estudo in vitro. **Revista de Odontologia da UNESP**, v. 49, São Paulo, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rounesp/a/hf4jYMkKcLKshvrGv395mSM/?format=pdf&lang=en>>. Acesso em 04 de Outubro de 2022.

CORREIA, A. M. O. *et al.* Influência de soluções com potencial de pigmentação na cor dos dentes após clareamento com peróxido de carbamida a 22%. **Revista de Biociência**, pág. 1106-1112, Uberlândia, 2017. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.14393/BJ-v33n4a2017-36718>>. Acesso em 03 de Outubro de 2022.

DECKER, F. W. **A dieta corante interfere no resultado do clareamento dental? Uma revisão sistemática.** 2017. 52 f. Monografia (Graduação em Odontologia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Departamento de Odontologia, 2017. Disponível em : <<https://revistas.unisagrado.edu.br/index.php/salusvita/article/download/178/118/416>>. Acesso em 05 de Julho de 2022.

DE GEUS, J. L. de; BERSEZIO, C; URRUTIA, J; YAMADA, T; FERNÁNDEZ, E; LOGUERCIO, A. D; REIS, A; KOSSATZ, S. Effectiveness of and Tooth Sensitivity

with at-Home Bleaching in Smokers. **The Journal of the American Dental Association**. [S.l.], v. 146, n. 4, p. 233–240, 1 abr. 2015. Disponível em : <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25819654/>>. Acesso em 07 de Setembro de 2022.

DIAS, C. O. M. **Pigmentação dentária promovida pela dieta: o que esperar?** 2018. 100 f. Dissertação (Mestrado em Medicina Dentária) – Universidade Católica Portuguesa, Viseu, 2018. Disponível em : <<https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/26135/1/cristiana%20dias.pdf>>. Acesso em 8 de Abril de 2022.

GOLDBERG, M; GROOTVELD, M; LYNCH, E. Undesirable and adverse effects of tooth-whitening products: a review. **Clinical oral investigations**, [S.l.], v. 14, n. 1, p. 1-10, 2010. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19543926/>>. Acesso em 8 de Abril de 2022.

JOINER, A. The bleaching of teeth: a review of the literature. **Journal of dentistry**, [S.l.], v. 34, n. 7, p. 412-419, 2006. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16569473/>>. Acesso em 06 de Maio de 2022.

KARADAS, M; SEVEN, N. The effect of different drinks on tooth color after home bleaching. **European Journal of Dentistry**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 249–253, 2014. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24966778/>>. Acesso em 05 de Setembro de 2022.

KIHN, P. W. Vital tooth whitening. **Dental Clinics of North America**, [S.l.], v. 51, n. 2, p. 319-331, 2007. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17532915/>>. Acesso em 28 de Março de 2022.

KOSE, C. et al. Comparison of the effects of in office bleaching times on whitening and tooth sensitivity: A single blind, randomized clinical trial. **Operative Dentistry**, [s. l.], v. 41, n. 2, p. 138–145, 2016. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26509229/>>. Acesso em 12 de Setembro de 2022.

MATIS, B. A. et al. White diet: Is it necessary during tooth whitening?. **Operative Dentistry**, [s. l.], v. 40, n. 3, p. 235–240, 2015. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25748208/>>. Acesso em 08 de Setembro de 2022.

MELO, E. C. B; SANTOS, Patricia Sobral. **Influência de alimentos com pigmentos durante o tratamento clareador: revisão de literatura**. Universidade de Taubaté – UNITAU, 2020. Disponível em: <http://repositorio.unitau.br/jspui/bitstream/20.500.11874/4055/1/Elaine%20Caiano%20Barbosa%20de%20Melo_Patricia%20Sobral%20Santos.pdf>. Acesso em 18 de Outubro de 2022.

SANTANA, G. O; SILVA, M. J. A. Clareamento Dental e a Influência da Dieta na Estabilidade da Cor: Revisão de Literatura/Tooth Whitening and the Influence of Diet on Color Stability: Literature Review. ID on line. **Revista de psicologia**, v. 13, n. 48, p. 268-279, FAINOR, Vitória da Conquista, Bahia, 2019. Disponível em: <[10.14295/online.v13i48.2163](https://doi.org/10.14295/online.v13i48.2163)>. Acesso em 18 de Outubro de 2022.

SANTOS, E. M; SANTANA, L. K. C; SOARES, G. P. **Clareamento Dental, Uma Análise da Influência da Ingestão de Alimentos com Potencial de Pigmentação Durante O Tratamento: Revisão de Literatura.** 2017. 15 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Odontologia) – Universidade Tiradentes, Aracaju, 2017. Disponível em: <<https://repositorio.unesp.br/handle/11449/169977>>. Acesso em 21 de Março de 2022.

SOUZA, M. V. P. **Suscetibilidade ao manchamento com vinho do esmalte dental clareado com peróxido de hidrogênio a 35% e submetido ao polimento pós clareamento.** Monografia (Graduação em Odontologia) – Universidade Tiradentes, Sergipe, 2015. Disponível em: <<https://openrit.grupotiradentes.com/xmlui/handle/set/1935>>. Acesso em 13 de Setembro de 2022.

SILVA, B. R. **Avaliação clínica de peróxidos de hidrogênio em diferentes concentrações: alteração de cor e sensibilidade dental.** 2011. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível em: <[10.11606/D.23.2011.tde-15032012-162625](https://repositorio.usp.br/handle/11363-4/111606/D.23.2011.tde-15032012-162625)>. Acesso em 18 de Outubro de 2022.

TRUIZ, C. F. **Influência da ingestão de alimentos com corantes durante o clareamento dental.** 2012. 20 f. Monografia (Graduação em Odontologia) – Faculdade de Odontologia da Universidade Estadual de Londrina, Londrina-PR, 2012. Disponível em: <<http://www.uel.br/graduacao/odontologia/portal/pages/arquivos/TCC2012/CAMILA%20FERNANDA%20TRUIZ.pdf>>. Acesso em 10 de Março de 2022.

VILELA, A. P ., REZENDE, M., TERRA, R. M.O., da SILVA, K. L., SUTIL, E., CALIXTO, A. L., & FARAG o, P. V. (2021). Efeito da aplicação tópica de eugenol nanoencapsulado na redução da sensibilidade dentária após clareamento dental em consultório: um ensaio clínico randomizado, triplo - cego. **Journal of Esthetic and Restorative Dentistry**, [S.l.], 33 (4), 660 - 667. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jerd.12728>>. Acesso em 10 de Setembro de 2022.