




VOCÊ SABIA QUE DENTES ENVELHECEM?

O desgaste dos dentes, ou seja, a perda mineral ou de esmalte, acontece acumulativamente e está cada vez mais frequente na população **devido aos hábitos modernos**, como: alimentação de três em três horas, alimentos e bebidas ácidas, suplementos e, também, fatores emocionais como estresse e ansiedade, que podem ocasionar apertamento dental.

Outros agravantes são uso de medicamentos e refluxo gastroesofágico, afetando diretamente a função de remineralização da saliva, **danificando os dentes e os deixando mais vulneráveis**. O esmalte dos dentes é um tecido único e não se regenera, por isso o ideal é investir na **prevenção e proteção** do esmalte contra os impactos que o estilo de vida de cada indivíduo traz.

DESAFIOS À SAÚDE BUCAL CAUSADOS PELA VIDA MODERNA

Envelhecimento precoce do esmalte:
o estilo de vida moderno pode causar o desgaste precoce dos dentes

CORRERIA DO DIA A DIA	HÁBITOS SAUDÁVEIS	MOMENTOS DE INDULGÊNCIA
 Bebidas energéticas e à base de guaraná e café	 Novos hábitos alimentares, como comer a cada 3 horas e tomar água com limão	 Bebidas alcoólicas (gin, vodka, vinho, uísque)
 Apertamento dental e bruxismo	 Alimentos saudáveis ácidos (iogurte, tomate, limão, vinagre na salada)	 Comidas industrializadas (chocolate, açúcar, carboidratos, temperos)
 Ansiedade: uso de medicações que causam alteração do fluxo salivar e xerostomia	 Apertamento dental durante exercícios físicos, consumo de isotônicos e suplementos	

elmex

Previne o desgaste precoce do dente¹

- Para pacientes que consomem bebidas e alimentos ácidos, praticam exercícios físicos, sofrem de refluxo gastroesofágico
- Remineraliza e cria camada de proteção duradoura no esmalte



elmex SENSITIVE

Alívio imediato e proteção prolongada²

- Alivia a sensibilidade, sela os túbulos e cria barreira mineral resistente a ácidos
- Fortalece áreas sensíveis dos dentes com uma barreira mineral espessa, evitando que a sensibilidade retorne

elmex ULTRA SOFT

- Escova com 5.000 cerdas Ultra Macias de alta densidade
- Limpeza delicada, precisa e eficiente
- Cabeça compacta que não machuca o fundo da boca



#elmexBR

www.elmex.com.br

@elmexbrasil f/elmexbrasil

FALE COM SEU DENTISTA

elmex DENTES SAUDÁVEIS A VIDA TODA.

CHEGOU

elmex

MARCA SUÍÇA



TECNOLOGIA AVANÇADA PARA DENTES SAUDÁVEIS A VIDA TODA.

elmex



elmex SENSITIVE



elmex ULTRA SOFT



1. CONTRA CÁRIE E COM O USO CONTÍNUO DO REGIME COMPLETO.
2. QUANDO USADO CONFORME INDICADO NA EMBALAGEM E COM O USO CONTÍNUO DO REGIME COMPLETO.

O ESTILO DE VIDA MODERNO PODE CAUSAR O DESGASTE PRECOCE DOS DENTES



Rotina intensa e correria do dia a dia

Todos os dias nossos dentes sofrem impactos prejudiciais. O café e as bebidas energéticas que tomamos para manter o ritmo durante o dia são ácidos e desgastam o esmalte dos dentes. O estresse e nervosismo fazem com que o fluxo salivar seja reduzido, e a saliva é uma aliada natural do nosso corpo para proteger o esmalte dos dentes. Por isso, quando em menor quantidade, deixa de cumprir seu papel remineralizador.



Busca por uma vida mais saudável

Cada vez mais as pessoas têm se preocupado em terem hábitos mais saudáveis, e isso é ótimo. Porém, comer de 3 em 3 horas, jejum interminante e vários alimentos saudáveis que ingerimos, são ácidos para o esmalte dos dentes, como: água com limão, sucos detox, vinagre na salada e até mesmo iogurte. A prática de esportes se intensificou e, talvez você não saiba, mas muitas pessoas sofrem de apertamento dental durante o esforço realizado no exercício físico e isso desgasta os dentes, assim como o consumo de suplementos e bebidas isotônicas que também contribuem para a perda de minerais do dente.



Momentos de indulgência e descontração

Depois de toda a rotina intensa do dia a dia, nada melhor do que termos momentos para relaxar. Ao ingerir bebidas alcoólicas – como, por exemplo, vinho e gin tônica –, comidas industrializadas, chocolate e carboidratos, também estamos afetando a saúde de nossos dentes. Essas bebidas e comidas também podem prejudicar o esmalte dos dentes se não houver prevenção, proteção e fortalecimento do esmalte dos dentes.

Queremos que você continue cuidando da sua mente e corpo, sem afetar a saúde dos seus dentes. Não precisamos abandonar nossos hábitos, mas é necessário focar na prevenção, proteção e fortalecimento do esmalte dos dentes.

Podemos fazer um paralelo entre o uso da linha elmex e o uso de filtro solar na rotina diária: elmex é para o dente como o filtro solar é para a pele, um aliado preventivo aos impactos do ambiente.

elmex® QUIZ

1. Você sabe que existe uma doença bucal muito comum que provoca perda precoce do esmalte dental e não depende da presença de bactérias. Qual o nome dessa doença?

- A () Cárie
- B () Lesões não cariosas
- C () Gengivite

2. Quantas pessoas você acha que sofrem de lesões não cariosas e/ou hipersensibilidade dentinária na sociedade?

- A () 1 em cada 10 pessoas
- B () 3 em cada 10 pessoas
- C () 7 em cada 10 pessoas

3. A perda precoce do esmalte provocada por ácidos gera alguns transtornos e mudança na cavidade bucal. Você sabe qual é a manifestação clínica mais comum dessa perda?

- A () Fratura
- B () Dente escuro
- C () Hipersensibilidade dentinária, acarretando dor de dente

4. O envelhecimento precoce dos dentes é uma realidade. Marque abaixo os principais fatores que fazem isso ocorrer:

- A () Escovar os dentes
- B () Doença do refluxo gastroesofágico
- C () Ingerir alimentos e bebidas cítricos, como suco de limão
- D () Usar fio dental
- E () Apertamento dental
- F () Bebidas isotônicas e energéticas

5. Qual o nome do mecanismo que está relacionado a ação corrosiva do ácido na superfície dental?

- A () Biocorrosão dental
- B () Erosão
- C () Cárie

6. Existem cremes dentais que podem auxiliar no controle da biocorrosão dental. Qual o agente principal para que isso ocorra?

- A () Fluoreto comum
- B () Bicarbonato
- C () Fluoreto de amina

7. Quem deve usar o creme dental elmex?

- A () Apenas pessoas que sofrem de refluxo gástrico
- B () Apenas pessoas que praticam esportes e nutrição esportiva
- C () Todas as pessoas que querem prevenir o envelhecimento dos dentes, praticam esportes, sofrem de doenças gástricas e/ou possuem dieta ácida

8. As pessoas com hábitos citados na questão anterior devem usar creme dental elmex para proteger seus dentes:

- A () 1 vez por dia
- B () 2 vezes por dia
- C () Todas as vezes que forem escovar os dentes

Respostas: 1-B / 2-C / 3-C / 4-B,C,E,F / 5-A / 6-C / 7-C / 8-C

Quiz elaborado sob a coordenação do Prof. Dr. Paulo Vinícius Soares (Equipe de Pesquisa LCNC, Faculdade de Odontologia - Universidade Federal de Uberlândia, MG).