

## O que é sensibilidade?

### O que quer dizer ter dentes sensíveis?

A sensibilidade dentária é a dor causada por desgaste da superfície do dente. A causa mais comum desta sensibilidade na pessoa adulta é a exposição da raiz dos dentes na área cervical, ou colo, devido à retração gengival. Como a raiz não está coberta pelo esmalte, milhares de canalículos que vão do centro do dente e levam o feixe nervoso da polpa até a superfície ficam expostos e acusam a dor. Quando o calor, frio ou pressão afeta esses canalículos, você sente dor. Ignorar os dentes sensíveis pode levar a outros problemas de saúde bucal. Especialmente se a dor fizer com que você não escove bem seus dentes, tornando-os vulneráveis às cáries e doenças gengivais.

### Como saber se meus dentes são sensíveis?

Se você sentir uma sensação dolorosa em seus dentes após tomar bebidas ou comer comidas quentes ou frias, seus dentes são sensíveis. Mas não é só você que sente isto. É um problema que afeta um em cada quatro adultos, às vezes de forma não permanente.

### Como tratar dentes sensíveis?

Em primeiro lugar, fale com seu dentista. A sensibilidade dos dentes geralmente pode ser tratada e curada. Seu dentista pode prescrever flúor em gel ou um enxagüante bucal com flúor. Você também pode tentar cremes dentais de baixa abrasividade com formulações feitas especialmente para dentes sensíveis. Pergunte ao seu dentista quais são os produtos mais adequados para o seu problema de sensibilidade. Tenha cuidado com a escovação e evite que seus dentes se desgastem ainda mais. Uma escovação muito forte, uma prótese parcial com grampos e aparelhos muito apertados e justos podem também levar à abrasão.

