

Os dentes amarelos resultam de quê?

Carlos Almeida, médico dentista e cofundador do Instituto Dentário Alto dos Moinhos, explica o processo que afeta os dentes

Ao longo da nossa vida, os dentes vão adquirindo uma tonalidade mais amarela. "Este efeito é natural e faz parte do processo de envelhecimento", esclarece Carlos Almeida, explicando que surge, por um lado, "devido ao desgaste da camada mais externa de esmalte, que é mais branca, e, por outro, devido ao aumento da camada intermédia de dentina, que é mais amarela". No entanto, alerta, quando o "aparecimento de dentes mais escuros for repentino ou localizado, poderá ser indicador de doença dentária que deverá ser investigada". O médico nota ainda que, muitas vezes, os dentes considerados "amarelos não expressam a sua cor real, mas, sim, o resultado da presença de diversos pigmentos e cálculo dentário sobre a estrutura de esmalte". Por isso, alerta, é "fundamental o recurso a consultas de higiene oral frequentes para manter a estrutura dentária limpa". E, acrescenta o médico, "caso o dente se apresente saudável, mas com uma coloração demasiado amarela, o paciente poderá sempre optar por fazer um branqueamento dentário, capaz de trazer, de forma inofensiva, a cor do dente para um tom mais branco".



Brincar faz bem à saúde de pais e filhos

Vários estudos internacionais comprovaram que as brincadeiras conjuntas têm efeitos positivos, como estimular a linguagem nos mais novos e combater o stress. Além disso, promovem a ligação afetiva entre as pessoas



Dúvidas sobre o rejuvenescer dos olhos

Ana Silva Guerra, cirurgiã plástica, responde às questões mais comuns

▼ QUAIS OS SINAIS DE QUE OS OLHOS PRECISAM DE SER REJUVENESCIDOS?

Um dos principais sinais do envelhecimento da região periorbitária é o excesso de pele que se manifesta primeiro na pálpebra superior e só depois começa a ser evidente na pálpebra inferior. O excesso de pele na pálpebra superior começa a sentir-se na faixa dos 30 – e um dos

sinais é a dificuldade na maquilhagem. O aparecimento de bolsas de gordura no canto interno da pálpebra superior, ou em toda a extensão da pálpebra inferior, é outro indicador de envelhecimento. Os olhos "encovados" também se associam ao avançar da idade e, neste caso, há normalmente um contexto familiar, um traço genético que estão na base dessa característica.

▼ QUE TÉCNICAS EXISTEM PARA REJUVENESCER OS OLHOS?

Numa fase inicial, quando os pacientes ainda são jovens, é prudente começarmos com tratamentos não cirúrgicos, como a toxina botulínica ou o ácido hialurónico. À medida que os sinais de envelhecimento são mais evidentes, a cirurgia torna-se a opção mais eficaz, pois permite