

LAÍS FRIGO

JANEIRO | 2025

MAGAZINE

O poder da
Odontologia na
transformação do
sorriso.

Tratamentos especializados
que melhoram a saúde
bucal e autoestima.

Clareamento Dental
Mitos e verdades

Ortodontia É Prevenção

Profilaxia periódica e o poder
da prevenção



NESSA REVISTA

- 6** Prevenção
Muito mais que uma limpeza profissional
- 8** Cuidados de higiene bucal
Dicas de saúde bucal
- 10** Aparelhos dentários
Convencional, estético e alinhadores
- 12** Ortodontia Preventiva
Tratamento infantil
- 14** Clareamento dental
Consultório, caseiro e combinado
- 16** Consultório
Segurança para seu sorriso
- 18** Apneia do Ronco
É possível dormir bem e viver melhor
- 20** Bruxismo
Tratamento combinado
- 22** Depoimentos
Pacientes queridos
- 24** Contato
Conheça como nos encontrar



Conheça a Dra:

Dra. Laís Frigo

Sou graduada em Odontologia pela UNINGÁ-PR, em 2009, especialista em Ortodontia pelo IGPGO, em 2013 e Saúde da Família pela UFCSPA, em 2013. Mestranda em de Saúde Pública pela FUNIBER. Fiz diversas atualizações na área da Ortodontia pelo Grupo Sakima e filosofia Capelloza. E sigo me desenvolvendo na Ortodontia Digital. Sempre atenta aos detalhes e focada em melhorias contínuas, que coloca energia em tudo que deseja construir, que se enxerga como uma eterna aprendiz. Iniciei minha jornada de trabalho no serviço público e migrei para o consultório particular, o qual atuo há 11 anos. Minha luta é pela saúde como direito de todos, pelo acesso à informação e a valorização dos profissionais da saúde, pelo orgulho da saúde brasileira, desde o setor público até o privado, pela educação transformadora que ensina a ver e refletir por um ângulo próprio. Uma dentista que investe constantemente em conhecimento técnico, mas que sabe do grande desafio que é se expandir como ser humano. Devido a isso, em 2016 me formei em Psicoterapia. Minhas causas estão ligadas a tudo que traz as pessoas para a sua real essência.



Aconchego, conexão e sorriso.


Avenida Conego Peres, 690 Sala
304 - centro Nova Prata RS

54- 9-99713544
54- 2121-9710

laisfrigo.com.br

contato@laisfrigo.com.br

[@lais_frigo](https://www.instagram.com/lais_frigo)

A portrait of a woman with long, wavy brown hair, smiling and resting her chin on her hand. She is wearing a white blouse with sheer sleeves. The background is a soft, out-of-focus white.

**A ODONTOLOGIA É A ÁREA DA
SAÚDE QUE PRESERVA E
RESTAURA O MOVIMENTO MAIS
LINDO DO SER HUMANO: O
SORRISO.**

Carta da Dra. Laís

Bem-vindos à nossa revista dedicada à saúde bucal!

É com grande prazer que compartilho com vocês este espaço, criado com muito carinho para nossos pacientes. Aqui, vocês encontrarão informações úteis, dicas de cuidados bucais, histórias inspiradoras e tudo o que precisam saber sobre os tratamentos da odontologia.

Espero que esta revista torne sua experiência em nosso consultório ainda mais agradável e informativa. Aproveitem a leitura!

Laís Frigo **Cirurgiã-dentista**
CRO 19212 RS

Diferenciais do nosso atendimento

Pensamos em todos os detalhes para melhor atendê-los.

Tecnologia



Biblioteca para os pacientes



Cuidado e Motivação nos atendimentos infantis.

TRATAMENTOS

Odontologia



Limpeza Profunda

Sorriso saudável e brilhoso.



Clareamento Dental

Dentes mais brancos e brilhantes.



Odontologia Infantil

Os cuidados começam na infância



Ortopedia Funcional dos Maxilares

Cuidados Precoces



Aparelhos Dentários

Dentes alinhados e encaixe da mordida.



Bruxismo

Tratamentos combinados

TRATAMENTOS

Odontologia



Próteses Dentárias

Restaurando sorrisos
com qualidade.



Apnéia do Sono

Melhora do sono e
bem estar.



Prevenção

Programa Promoção
de Saúde

Aconchego, conexão e sorriso.

Avenida Conego Peres, 690 Sala
304 - centro Nova Prata RS

54- 9-99713544
54- 2121-9710

laisfrigo.com.br

contato@laisfrigo.com.br

[@lais_frigo](https://www.instagram.com/lais_frigo)

LIMPEZA DENTAL

Profilaxia

Limpeza profissional completa
Raspagem, jato de bicarbonato e polimento



- PREVENÇÃO DE CÁRIES
- GENGIVAS SAUDÁVEIS
- PREVENÇÃO DE MAU HÁLITO
- DETECÇÃO PRECOCE DE PROBLEMAS
- SORRISO BRILHANTE

Não espere até sentir dor ou desconforto para procurar o dentista. A limpeza dental é um procedimento simples, rápido e essencial para manter seu sorriso saudável e bonito.

Dra. Laís Frigo | Cirurgiã-dentista
CRO 19212 RS



A limpeza dental, também conhecida como profilaxia, é um procedimento realizado por dentistas. Seu objetivo é remover a placa bacteriana e o tártaro que se acumulam nos dentes e nas gengivas ao longo do tempo. Mesmo que você escove os dentes regularmente e use fio dental, algumas áreas são difíceis de limpar completamente. A limpeza profissional ajuda a manter sua boca livre de doenças e infecções.

A limpeza dental é recomendada para todos, desde crianças até idosos. Idealmente, deve ser realizada a cada seis meses para garantir a manutenção da saúde bucal. No entanto, algumas pessoas podem precisar de limpezas mais frequentes, especialmente se tiverem predisposição a doenças gengivais ou alto risco de cáries.

Durante a consulta, o dentista inicia com um exame inicial para avaliar a condição dos dentes e gengivas, procurando sinais de cáries, gengivite ou outras condições que necessitem de atenção. Em seguida, o profissional usa instrumentos específicos para remover a placa bacteriana e o tártaro que se acumulam nos dentes e na linha gengival, áreas onde a escovação e o uso do fio dental muitas vezes não conseguem alcançar. Depois disso, é utilizado um jato de água ou uma solução especial para lavar os dentes, garantindo a remoção completa dos resíduos soltos. O próximo passo é o polimento dos dentes com uma pasta de polimento, que ajuda a eliminar manchas superficiais e deixa os dentes mais lisos e brilhantes. Para finalizar, uma solução de flúor é aplicada nos dentes, fortalecendo o esmalte e protegendo-os contra cáries.

CLAREAMENTO

Dental

Dra. Laís Frigo | Cirurgiã-dentista
CRO 19212 RS

INVISTA NO PODER DO SEU SORRISO, VOCÊ MERECE ESSE CUIDADO!

O clareamento dental é um procedimento que utiliza agentes clareadores para remover manchas e alterações de cor dos dentes. Ele é seguro quando realizado por profissionais qualificados e pode ser feito no consultório odontológico ou em casa, sob supervisão.

Nossos dentes podem ficar amarelados devido a vários fatores que afetam a superfície dos dentes e a estrutura interna do esmalte:

1. Alimentos e Bebidas: Consumo frequente de alimentos e bebidas pigmentados, como café, chá, vinho tinto, refrigerantes escuros, molho de soja e alimentos com corantes artificiais.
2. Tabagismo: Fumar ou usar produtos de tabaco pode resultar em manchas amareladas e até mesmo marrom-escuras nos dentes devido aos produtos químicos presentes no tabaco.
3. Higiene Oral Insuficiente: A falta de escovação e uso irregular do fio dental permitem que placa bacteriana e tártaro se acumulem nos dentes.
4. Envelhecimento: À medida que envelhecemos, o esmalte dos dentes naturalmente se desgasta, revelando a dentina subjacente, que é naturalmente amarelada.
5. Medicamentos: Alguns medicamentos, como antibióticos de tetraciclina e certos antipsicóticos, podem causar descoloração intrínseca dos dentes quando tomados durante o desenvolvimento dos dentes ou mesmo após a formação completa dos dentes.
6. Trauma e Doenças: Trauma dental ou certas doenças podem afetar a formação do esmalte dentário, resultando em dentes descoloridos.
7. Genética: A cor natural dos dentes pode ser influenciada pela genética, e algumas pessoas têm naturalmente dentes mais amarelados que outras.



CONSULTÓRIO



O Clareamento de Consultório: Utiliza agentes clareadores mais concentrados e é realizado sob a supervisão direta do dentista. Geralmente, uma ou mais sessões são necessárias para alcançar resultados visíveis imediatos.

CASEIRO



O Clareamento em Casa: O dentista fornece um kit de clareamento personalizado com bandejas de silicone e um gel clareador menos concentrado. O paciente aplica o gel nas bandejas e as usa em casa por um período determinado, geralmente durante algumas horas por dia ou durante a noite, conforme orientado pelo dentista. O tratamento pode levar de uma a algumas semanas, dependendo do grau de clareamento desejado.

O clareamento combinado associa as duas técnicas e possui resultados excelentes.

CUIDADOS

de Higiene Bucal

5 DICAS PARA VOCÊ CUIDAR DA SUA SAÚDE BUCAL.



Quantidade de pasta

1

Para adultos, o ideal é usar uma quantidade do tamanho de uma ervilha. Já para crianças menores de anos, basta uma quantidade do tamanho de um grão de arroz. Usar a quantidade correta evita o desperdício e reduz o risco de ingestão excessiva de flúor, especialmente em crianças.

2 Cerdas macias

Escovar os dentes pelo menos duas vezes ao dia é essencial, mas a técnica também importa. Use uma escova de cerdas macias e faça movimentos suaves e circulares, cobrindo todas as superfícies dos dentes e a linha gengival. Escove também a língua para remover bactérias e refrescar o hálito. Cada escovação deve durar cerca de dois minutos.



3 Fio dental

Use-o diariamente para remover resíduos de alimentos e placa bacteriana que se acumulam entre os dentes e sob a linha gengival, áreas onde a escova não alcança. Passe o fio dental gentilmente entre os dentes, formando um "C" ao redor de cada dente para uma limpeza eficaz.

Quando não usamos fio dental deixamos de limpar cerca de 35% de nossos dentes.



4 Troque a escova

Troque sua escova de dentes a cada três meses, ou antes se as cerdas estiverem desgastadas. Uma escova em bom estado é mais eficaz na remoção da placa bacteriana e na manutenção da saúde das gengivas. Além disso, substitua a escova após uma gripe ou resfriado para evitar a reinfecção por bactérias.



5

Consulta regulares

Não se esqueça de agendar visitas regulares ao dentista a cada seis meses. Consultas periódicas são fundamentais para a prevenção e o diagnóstico precoce de problemas bucais, como cáries, doenças gengivais e outras condições. Durante essas visitas, o dentista realiza uma limpeza profissional para remover tártaro e placa acumulados, além de orientar sobre os cuidados específicos necessários para manter um sorriso saudável e bonito. Manter um acompanhamento regular ajuda a evitar complicações e a garantir uma saúde bucal excelente.



BRUXISMO

Bruxismo

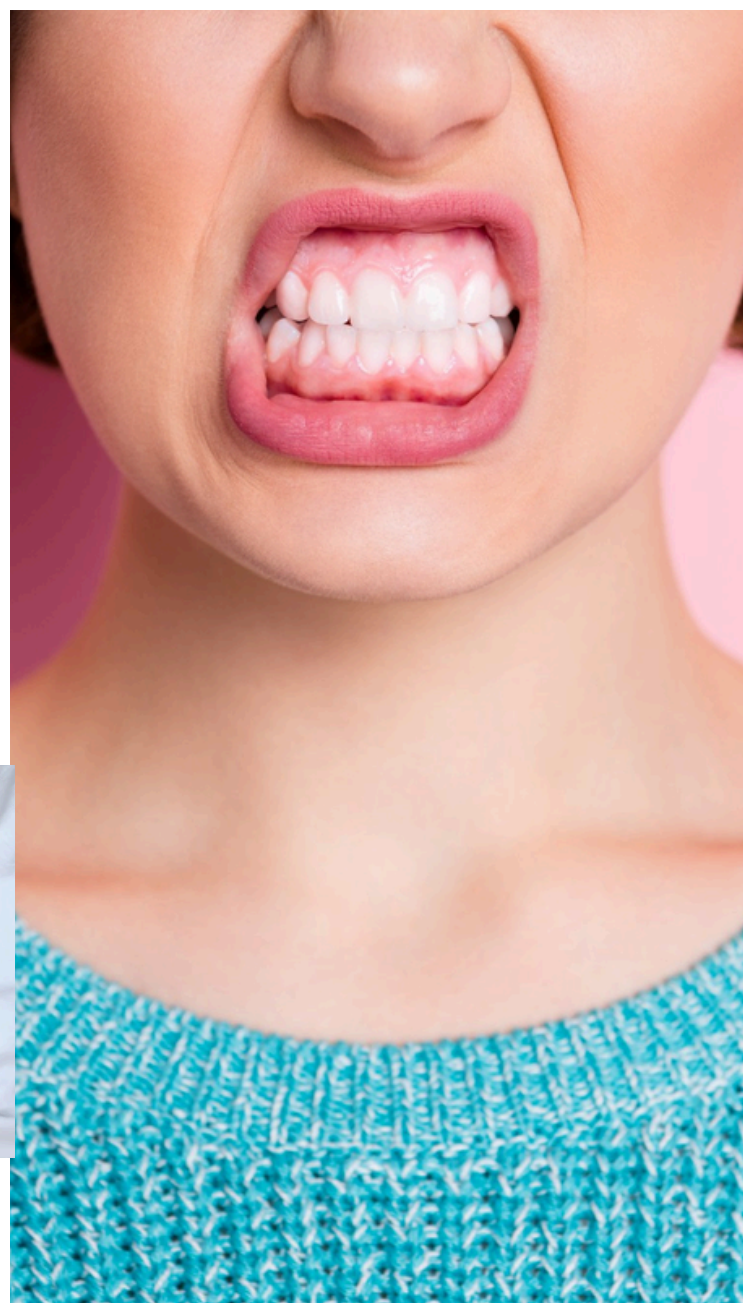
Dra. Laís Frifo
Cirurgiã-dentista
CRO 19212

SEGUNDO A ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS), O BRUXISMO AFETA 30% DA POPULAÇÃO MUNDIAL E 40% DOS BRASILEIROS.

O bruxismo é uma condição caracterizada pelo ranger ou apertar dos dentes de forma involuntária, principalmente durante o sono. Ele afeta muitas pessoas em algum momento de suas vidas. Pode ser causado por estresse, ansiedade, problemas de oclusão dental (mordida irregular) ou outros fatores.

O bruxismo pode causar desgaste do esmalte dentário, o que aumenta a sensibilidade e o risco de cáries. Também pode causar danos estruturais como trincas nos dentes.

Além disso, é comum provocar dores de cabeça, dor na mandíbula e nos músculos faciais, além de contribuir para problemas na articulação temporomandibular (ATM), dificultando abrir completamente a boca.





O tratamento do bruxismo está condicionado a sua causa, sendo muitas vezes necessário mais de uma medida terapêutica dependendo de cada paciente:

- **Placas de Mordida (Placas de Bruxismo):** O dentista pode confeccionar uma placa de mordida personalizada para ser usada durante a noite. Esta placa ajuda a proteger os dentes do desgaste e absorve parte da pressão exercida pelo bruxismo.
- **Controle do Estresse e Ansiedade:** Terapias de relaxamento, como exercícios de respiração, yoga, ou meditação, podem ajudar a reduzir o bruxismo relacionado ao estresse.
- **Ajustes na Oclusão:** Em alguns casos, pode ser necessário realizar ajustes na oclusão dos dentes para corrigir problemas que possam estar contribuindo para o bruxismo.
- **Toxina botulínica:** o Botox, diminui a atividade muscular na mandíbula, reduzindo o ranger e apertar dos dentes. Este tratamento é minimamente invasivo e temporário, geralmente durando de três a seis meses por aplicação. Indicado especialmente em casos leves a moderados de bruxismo.
- **Medicação:** Em situações severas, o dentista pode recomendar o uso de medicamentos relaxantes musculares para reduzir o bruxismo.
- **Fisioterapia:** Em casos de DTM associada ao bruxismo, fisioterapia e exercícios específicos podem ser recomendados para fortalecer os músculos da mandíbula e aliviar a dor.

SEM BRUXISMO



TRATAR O BRUXISMO É ESSENCIAL NÃO APENAS PARA PRESERVAR A SAÚDE DOS DENTES, MAS TAMBÉM PARA MELHORAR O CONFORTO E BEM-ESTAR GERAL DO PACIENTE.

PRÓTESE *Dentária*

A prótese dentária é uma solução eficaz para substituir dentes ausentes, restaurando a funcionalidade e a estética do sorriso. Existem diferentes tipos de próteses dentárias, cada uma indicada para necessidades específicas. O principal objetivo das próteses é devolver a capacidade de mastigar, falar e sorrir com confiança.

Manter uma boa higiene bucal é crucial para a durabilidade e a saúde da prótese. Isso inclui a escovação regular, o uso de fio dental e a limpeza cuidadosa da prótese. Além disso, visitas regulares ao dentista são essenciais para monitorar a condição da prótese e da saúde bucal geral, garantindo que qualquer ajuste necessário seja realizado e que possíveis problemas sejam identificados e tratados precocemente.



- **Prótese Parcial Removível:**
Indicada para quem perdeu alguns dentes, essa prótese é removível e pode ser retirada para limpeza. Ela se apoia nos dentes naturais restantes através de ganchos ou outros dispositivos de fixação.



- **Prótese Total Removível (Dentadura):**
Utilizada quando todos os dentes de uma arcada estão ausentes. É removível e se ajusta sobre a gengiva e o osso, restaurando completamente a função mastigatória e a estética facial.

- **Prótese Flexível:** Feita de materiais leves e maleáveis, como nylon ou silicone, essa prótese se ajusta suavemente às gengivas e aos dentes existentes. Além de serem mais discretas e estéticas, não requerem o uso de grampos metálicos visíveis.



PRÓTESES DENTÁRIAS: MASTIGAR, FALAR E SORRIR COM CONFIANÇA.



APARELHOS *Dentários*

**SEJA CONVENCIONAL, ESTÉTICO OU
ALINHADORES, ELES
TRANSFORMARÃO O SEU SORRISO.**

Os aparelhos dentários são dispositivos ortodônticos projetados para corrigir a posição dos dentes e ajustar a mordida. Eles são prescritos por ortodontistas para resolver uma variedade de problemas, incluindo dentes tortos, sobrepostos ou mal posicionados. Além da estética, os aparelhos também contribuem para melhorar a função mastigatória e a saúde bucal geral.

Com opções cada vez mais discretas e eficientes, é possível realizar um tratamento personalizado que atenda às necessidades individuais de cada paciente.

APARELHO FIXO CONVENCIONAL

Composto por bráquetes metálicos colados aos dentes, conectados por fios e elásticos. Este tipo é altamente eficaz e pode ser personalizado com elásticos coloridos.

APARELHO ESTÉTICO

Feito de materiais transparentes (cerâmica ou porcelana), o aparelho estético é menos perceptível que o metálico, mantendo a eficácia do tratamento.

APARELHO REMOVÍVEL

Usado principalmente em crianças, é composto por placas de acrílico que se encaixam sobre os dentes. São utilizados para corrigir problemas mais simples de alinhamento.

ALINHADORES ESTÉTICOS

Dispositivos ortodônticos transparentes e removíveis, feitos sob medida para se encaixar nos dentes do paciente. Eles são projetados para gradualmente mover os dentes para a posição desejada, sem o uso de fios metálicos ou bráquetes visíveis.

CONSULTE NOS PARA DESCOBRIR QUAL TIPO DE APARELHO É MAIS ADEQUADO PARA VOCÊ OU SEU FILHO E INICIAR O CAMINHO PARA UM SORRISO MAIS SAUDÁVEL E BONITO.



Laís é uma profissional exemplar. Há mais de três anos, confio de olhos fechados no trabalho desenvolvido por ela com dedicação, paciência e cuidado. O tratamento que fizemos teve resultados impressionantes. É impagável a satisfação de gostar do próprio sorriso. Além disso, o ambiente é aconchegante e o atendimento é ótimo!! L.B



Lugar aconchegante, profissional excelente. Recomendo para adultos e também para crianças. EBF



Atendimento incrível!
Cuidado em todos os detalhes, desde o ambiente até o acompanhamento de consultas. R M



Dentista muito simpática, atenciosa, dedicada e muito eficiente! J A



Excelente profissional atende muito bem !
Atenciosa,dedicada Toda família ama demais. E F

DEPOIMENTOS *feedbacks*



Ela é a melhor dentista e principalmente orto de Nova Prata, vim de outros profissionais que destruíram meu sorriso e minha autoestima e ela em menos de 6 meses conseguiu corrigir 3 anos de aparelho e tratamento errado que fizeram, eu já estou ansiosa para o fim do tratamento é estou super feliz até agora... além disso é um ser humano maravilhoso, gentil e recomendo de olhos fechados.
T B



Ótima, profissional atenciosa ,muito organizada comprometida com seus clientes e sempre fazendo o melhor por eles. G F



Excelente, ambiente muito tranquilo e com atendimento repleto de cuidado e atenção!
Dra. Laís, grande profissional! R S



Profissional sempre em desenvolvimento, buscando o melhor para seus pacientes. Extremamente atenciosa, dedicada e preocupada com o bem estar de seus pacientes. Recomendo muito. Maravilhosa.
A P



A primeira consulta da minha filha, Maria Eduarda, com a Dra Laís foi maravilhosa...saímos encantados com tamanho carinho, cuidado e explicações...

A Dudinha sentiu-se super a vontade e muito segura....ela amou a tia Laís!!! Super recomendamos... Profissional atenciosa e que passa muita segurança.... Muito obrigada por tanto!!!! Forte abraço,

DEPOIMENTOS

feedbacks

Siga nossas redes sociais



ACOMPANHE AS NOVIDADES

Seu endereço aqui
www.seusiteaqui.com
seuemailaqui@gmail.com
[@seuinstagramaqui](https://www.instagram.com/seuinstagramaqui)

