

COMPARAÇÃO ENTRE CLAREAMENTO SUPERVISIONADO, DE CONSULTÓRIO E DA TÉCNICA MISTA: EFICÁCIA E EFEITOS COLATERAIS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

BALIEIRO, G.C¹; GONÇALVES, V.A.²

Palavras-chave: Clareamento Dental. Sensibilidade Dentária. Eficácia Clínica.

INTRODUÇÃO

O sorriso é um dos elementos centrais da estética facial, influenciando diretamente a autoestima e as relações sociais. Na odontologia contemporânea, o clareamento dental tornou-se um dos procedimentos mais almejados, sendo um dos maiores fatores que motivam os pacientes a buscarem o atendimento clínico.

Neste cenário, entre os procedimentos clareadores disponíveis, destacam-se três principais modalidades: o clareamento supervisionado (domiciliar), o clareamento em consultório e a técnica mista. Cada uma delas diferenciando-se quanto ao tempo de tratamento, concentração dos agentes clareadores, eficácia e efeitos colaterais.

Diante da diversidade de técnicas e do aumento da demanda por tratamentos estéticos seguros e previsíveis, torna-se fundamental avaliar quais métodos oferecem os melhores resultados clínicos, com menor risco de efeitos adversos. Essa análise é essencial para auxiliar o cirurgião-dentista na tomada de decisões clínicas e na orientação personalizada de seus pacientes.

A relevância deste estudo, portanto, está na possibilidade de oferecer protocolos clínicos individualizados, a fim de orientar práticas clínicas seguras e eficazes. Sendo assim, esta revisão de literatura busca comparar as técnicas descritas quanto à sua eficácia clínica e efeitos colaterais, fornecendo aos profissionais uma prática profissional baseada em evidências.

OBJETIVOS

Este trabalho busca analisar a eficácia e os efeitos colaterais das técnicas de clareamento domiciliar, de consultório e mista, comparando-os quanto aos seus resultados, segurança e impacto na sensibilidade dentinária. Para isso, busca-se identificar os agentes

¹ Gabrieli Carolini Balieiro. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

² Victor Augusto Gonçalves. Orientador da pesquisa. Docente Especialista do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

clareadores mais utilizados, comparar a eficácia clínica das modalidades de clareamento e avaliar a frequência e a intensidade dos efeitos adversos, especialmente a sensibilidade dentária e as irritações gengivais.

METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão de literatura qualitativa em língua portuguesa, inglesa ou espanhola, abrangendo publicações dos últimos dez anos (2015 – 2025). O levantamento de dados para esta pesquisa foi realizada nas bases científicas SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, utilizando os seguintes descritores em saúde: clareamento dental, clareamento caseiro, clareamento em consultório, efeitos colaterais e sensibilidade dentária, de forma isolada e em combinação por meio dos operadores booleanos AND e OR.

Os critérios de inclusão adotados incluem trabalhos publicados nos últimos dez anos; em língua portuguesa, inglesa ou espanhola; que apresentem estudos clínicos, meta-análises, revisões sistemáticas e artigos originais que comparem os métodos clareadores. Já os critérios de exclusão compreenderam publicações duplicadas; estudos não disponíveis para leitura na íntegra e estudos com amostragens pouco definidas ou com metodologia insuficiente para avaliação crítica.

Após análise integral dos trabalhos, 13 artigos foram selecionados para compor este estudo. A extração de dados considerou eficácia, efeitos adversos e satisfação dos pacientes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O clareamento dental é um procedimento consolidado e empregado por meio de diferentes técnicas, podendo ser realizado em casa ou em consultório, variando em tempo e intensidade. A revisão de literatura evidenciou que o método domiciliar, com peróxido de carbamida em baixas concentrações, promove resultados graduais e com menor sensibilidade (CALIONI, REZER, 2023; DA SILVA *et al.*, 2020). Já o clareamento em consultório, com peróxido de hidrogênio em altas concentrações, garante efeito imediato, porém pode-se verificar maior desconforto e sensibilidade dentária (KOSE *et al.*, 2016; DONASSOLLO *et al.*, 2021).

¹ Gabrieli Carolini Balieiro. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

² Victor Augusto Gonçalves. Orientador da pesquisa. Docente Especialista do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

A sensibilidade dentinária é comum em ambos os métodos e, ao contrário do senso comum transmitido, não se vê agravada pelo uso associado de fontes de luz (AIDOS *et al.*, 2024; SILVEIRA MACHADO *et al.*, 2016; NIE *et al.*, 2017). Assim, como forma de equilíbrio entre a eficácia e o conforto na aplicação das técnicas, a combinação das modalidades clareadoras tem reunido rapidez e praticidade, mostrando melhores resultados clínicos e estabilidade (KNEZOVIC ZLATARIC, ZAGAR, ILLES, 2019; ZHONG *et al.*, 2023; VAEZ *et al.*, 2019).

Contudo, a maior concentração dos agentes clareadores pode vir a reduzir os minerais do esmalte dentário, exigindo então o acompanhamento periódico profissional (FRANÇA, TURSSI, 2019). Dessa forma, é possível destacar a não existência de uma técnica absolutamente superior, o sucesso do tratamento requer uma escolha personalizada conforme as expectativas do paciente e sua tolerância à sensibilidade, sempre priorizando a supervisão profissional (MOUNIKA *et al.*, 2018; DONASSOLO *et al.*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O clareamento dental, seja domiciliar, em consultório ou misto, demonstra eficácia na melhoria estética do sorriso. A modalidade de consultório oferece rapidez, no entanto pode apresentar maior sensibilidade, já a técnica domiciliar, embora mais confortável, exige do paciente disciplina e tempo. Enquanto isso, a técnica mista é vista como promissora ao equilibrar rapidez e conforto. Portanto, a escolha do protocolo deve ser individualizada, considerando as expectativas do paciente, sua tolerância à sensibilidade e suas condições clínicas, sempre seguido de supervisão profissional para garantir segurança e eficácia.

REFERÊNCIAS

AIDOS, Maria et al. Comparison of in-office and at-home bleaching techniques: An umbrella review of efficacy and post-operative sensitivity. **Heliyon**, v. 10, n. 3, 2024.

CALIONI, Jackson Antonio; REZER, Fabiana. COMPARAÇÃO ENTRE O MÉTODO DE CLAREAMENTO DENTAL CASEIRO E DE CONSULTÓRIO. **Revista Saúde Viva Multidisciplinar da AJES**, v. 6, n. 10, 2023.

DA SILVA, Jadson Mathyas Domingos et al. CLAREAMENTO CASEIRO OU CLAREAMENTO DE CONSULTÓRIO: QUAL A TÉCNICA MAIS EFETIVA?. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-ALAGOAS**, v. 6, n. 1, p. 33-33, 2020.

¹ Gabrieli Carolini Balieiro. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

² Victor Augusto Gonçalves. Orientador da pesquisa. Docente Especialista do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

DONASSOLLO, Sandrina Henn et al. Triple-blinded randomized clinical trial comparing efficacy and tooth sensitivity of in-office and at-home bleaching techniques. **Journal of applied oral science**, v. 29, p. e20200794, 2021.

FRANÇA, FABIANA MANTOVANI GOMES; TURSSI, CECILIA PEDROSO. At-home, in-office and combined dental bleaching techniques using hydrogen peroxide: Randomized clinical trial evaluation of effectiveness, clinical parameters and enamel mineral content. **American journal of dentistry**, v. 32, n. 3, 2019.

KNEZOVIĆ ZLATARIĆ, Dubravka; ŽAGAR, Maja; ILLEŠ, Davor. A clinical study assessing the short-term efficacy of combined in-office/at-home whitening treatment. **Journal of esthetic and restorative dentistry**, v. 31, n. 2, p. 140-146, 2019.

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**, v. 41, n. 2, p. 138-145, 2016.

MOUNIKA, Athaluri et al. Clinical evaluation of color change and tooth sensitivity with in-office and home bleaching treatments. **Indian Journal of Dental Research**, v. 29, n. 4, p. 423-427, 2018.

NIE, Jie et al. Comparison of efficacy and outcome satisfaction between in-office and home teeth bleaching in Chinese patients. **Journal of oral Science**, v. 59, n. 4, p. 527-532, 2017.

SILVEIRA MACHADO, Lucas et al. Clinical comparison of at-home and in-office dental bleaching procedures: A randomized trial of a split-mouth design. **International Journal of Periodontics & Restorative Dentistry**, n. 2, 2016.

VAEZ, S. C. et al. Is a single preliminary session of in-office bleaching beneficial for the effectiveness of at-home tooth bleaching? A randomized controlled clinical trial. **Operative dentistry**, v. 44, n. 4, p. E180-E189, 2019.

ZHONG, B. J. et al. The efficacy of at-home, in-office, and combined bleaching regimens: a randomized controlled clinical trial. **Operative Dentistry**, v. 48, n. 3, p. E71-E80, 2023.

¹ Gabrieli Carolini Balieiro. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.

² Victor Augusto Gonçalves. Orientador da pesquisa. Docente Especialista do Curso de Bacharelado em Odontologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025.