



expressão

Odontologia & Cuidados da Face



A ODONTOLOGIA NO ESPORTE

Você sabia que o dentista tem técnicas para **proteger** e sua boca e dentes e também dispositivos que aumentam o a sua **performance** em atividades físicas? A contribuição das informações geradas na boca influencia cerca 50% da postura quando nosso corpo se movimenta e até mesmo quando repousa. Se adequada, essa postura pode aumentar o rendimento nas atividades e maximizar o repouso após o exercício. Obviamente, terão o efeito inverso caso não seja feita de modo adequado e não tenha apoio de dispositivos que seu dentista pode gerenciar. Todo praticante de atividade física, **profissional** ou **amador**, precisa ter um corpo equilibrado e saudável para evitar problemas posturais, lesões articulares e ósseas. A odontologia do esporte estuda e aplica ações que **relaxam** as tensões usando aparelhos fisioterápicos que **protegem** os dentes, articulações e tecidos bucais, **equilibram** a mordida para melhorar a postura e melhoram o **rendimento** por facilitar a respiração aumentando a força muscular geral.

expressaoodonto.com



PLACA OTIMIZADORA ESPORTIVA

Aumente o seu rendimento e a sua performance

Em todos os momentos de tensão, seja durante a prática esportiva, trabalhando ou dirigindo, temos naturalmente uma tendência de "apertar os dentes". Comprovadamente, essa ação nos dá mais estabilidade e força ao executar essas tarefas. Esta mordida gera muita tensão muscular e tende a diminuir o espaço para passagem do ar, tornando a **oxigenação menos eficiente** e aumentando a sensação de cansaço. As **placas otimizadoras** são dispositivos móveis que minimizam e ajustam os principais problemas anatômicos da mordida. Podem ser usadas durante a atividade física ou no dia a dia de qualquer pessoa.

Benefícios da placa otimizadora:

- Equilibra a mordida
- Diminui a tensão
- Protege os dentes e tecidos bucais
- Aumenta a potência durante o esforço físico
- Melhora o rendimento nas atividades físicas e trabalho
- Aumenta a disposição e reduz o cansaço após o exercício

Av. D. Pedro II, 367 s. 302
Porto Alegre - RS
51 3342.7012 - 51 3029.6906
☎ 51 99993.1858
contato@expressaoodonto.com

f /expressaoodonto | expressaoodonto.com



PROTETORES BUCAIS

Não é só proteção

O protetor bucal esportivo é um dispositivo projetado para evitar a fratura de dentes, corte nos lábios ou qualquer outro dano à boca. Deve encaixar nos dentes de forma anatômica e ficar bem retido.

Benefícios do protetor bucal personalizado:

- Não cai da boca
- Protege todos os dentes por igual, diminuindo chance de fraturas
- Facilita a passagem do ar, melhorando a capacidade respiratória e a performance,
- Melhora a potência do exercício ao ajustar a mordida durante a atividade.
- É confortável
- Pode ser usado por quem usa aparelho ortodôntico fixo

Revista
Expressão

Através deste QR Code,
você pode ler a nossa
Revista Expressão. Aproveite.

