



Contemporânea

Contemporary Journal

Vol. 5 Nº. 10: p. 01-20, 2025

ISSN: 2447-0961

Artigo

CLAREAMENTO DENTAL CASEIRO SUPERVISIONADO: UMA REVISÃO DE PROTOCOLOS APLICADOS EM ESTUDOS DE ENSAIO CLÍNICO

SUPERVISED HOME TEETH WHITENING: A REVIEW OF PROTOCOLS APPLIED IN CLINICAL TRIAL STUDIES

BLANQUEAMIENTO DENTAL DOMÉSTICO SUPERVISADO: UNA REVISIÓN DE LOS PROTOCOLOS APLICADOS EN ESTUDIOS DE ENSAYO CLÍNICO

DOI: 10.56083/RCV5N10-098

Receipt of originals: 9/16/2025

Acceptance for publication: 10/3/2025

Livia Monteiro Alves

Graduanda em Odontologia

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Gurupi, Tocantins, Brasil

E-mail: liviaaalvesm@gmail.com

Ricardo Lellis Marçal

Mestre em Dentística

Instituição: Universidade de Uberaba (UNIUBE)

Instituição: Gurupi, Tocantins, Brasil

E-mail: ricardodentistica@uol.com.br

RESUMO: As alterações dentárias, como o escurecimento e hiperpigmentação, podem comprometer a estética do sorriso, a harmonia facial, a imagem pessoal, a autoestima do indivíduo e, assim, pode impactar também em sua qualidade de vida. Por isso, tem se tornado cada vez mais comum a busca pela odontologia estética e os tratamentos de clareamento dental. Nesse sentido, este estudo teve como objetivo principal elencar protocolos aplicados em estudos de ensaio clínico nos últimos 5 anos e descrever os resultados relativos à eficácia do clareamento e eventos adversos. Para o desenvolvimento deste estudo a metodologia de pesquisa utilizada foi a Revisão Bibliográfica Integrativa com base em estudos de ensaio clínico randomizado publicados nos últimos 5 anos. Os resultados



demonstraram que o clareamento caseiro é considerado um procedimento eficaz, com potencial para melhorar a qualidade de vida do indivíduo. Quanto aos eventos adversos, a sensibilidade dentária foi predominantemente referida nos estudos. Porém, os estudos demonstraram que existem produtos que podem ser incorporados nos protocolos a fim de promover ou prevenir a hipersensibilidade.

PALAVRAS-CHAVE: clareamento dental, clareamento dental supervisionado, sensibilidade da dentina.

ABSTRACT: Dental changes, such as darkening and hyperpigmentation, can compromise the aesthetics of the smile, facial harmony, personal image, and self-esteem of the individual, and thus can also impact their quality of life. For this reason, the search for cosmetic dentistry and teeth whitening treatments has become increasingly common. In this sense, the main objective of this study was to list the protocols applied in clinical trial studies over the last 5 years and describe the results regarding the effectiveness of whitening and adverse events. For the development of this study, the research methodology used was an Integrative Literature Review based on randomized clinical trial studies published in the last 5 years. The results showed that home whitening is considered an effective procedure with the potential to improve an individual's quality of life. Regarding adverse events, tooth sensitivity was predominantly reported in the studies. However, the studies showed that there are products that can be incorporated into protocols to promote or prevent hypersensitivity.

KEYWORDS: teeth whitening, supervised teeth whitening, dentin sensitivity.

RESUMEN: Los cambios dentales, como el oscurecimiento y la hiperpigmentación, pueden comprometer la estética de la sonrisa, la armonía facial, la imagen personal y la autoestima del individuo, lo que también puede afectar su calidad de vida. Por eso, cada vez es más común la búsqueda de la odontología estética y los tratamientos de blanqueamiento dental. En este sentido, el objetivo principal de este estudio fue enumerar los protocolos aplicados en ensayos clínicos en los últimos 5 años y describir los resultados relativos a la eficacia del blanqueamiento y los eventos adversos. Para el desarrollo de este estudio, la metodología de investigación utilizada fue la revisión bibliográfica integrativa basada en ensayos clínicos aleatorios publicados en los últimos 5 años. Los resultados demostraron que el blanqueamiento casero se considera un procedimiento eficaz, con potencial para mejorar la calidad de vida del individuo. En cuanto a los eventos adversos, la sensibilidad dental fue predominantemente mencionada en los estudios. Sin embargo, los estudios demostraron que existen productos que



pueden incorporarse a los protocolos con el fin de promover o prevenir la hipersensibilidad.

PALABRAS CLAVE: branqueamento dental, branqueamento dental supervisionado, sensibilidade dentinária.



Artigo está licenciado sob forma de uma licença
Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional.

1. Introdução

O sorriso é reconhecidamente um importante componente da estética facial, de modo que os dentes brancos e bem cuidados tem potencial para tornar a imagem pessoal mais valorizada e cativante (TORRES NETO et al., 2023).

As alterações dentárias podem comprometer a estética do sorriso, a harmonia facial, a imagem pessoal, a autoestima do indivíduo e, assim, pode impactar também em sua saúde mental e em suas relações sociais (GUESSER, 2023).

Nesse contexto, a busca pela odontologia estética tem crescido fortemente por indivíduos que almejam ter um sorriso mais branco e harmônico através de técnicas que sejam efetivas e que não agredam a saúde bucal. Dentre as quais destaca-se o clareamento caseiro supervisionado pelo dentista (ROCHA; TEIXEIRA; BREDA, 2021).

O clareamento caseiro tem se tornado cada vez mais comum entre as pessoas, pois, essa modalidade apresenta benefícios como comodidade, em razão de ser aplicado em casa, facilidade, pela simplicidade do procedimento, menor sensibilidade, devido as concentrações utilizadas nessa técnica e ainda costuma apresentar resultados semelhantes ao da técnica feita totalmente em consultório (SOARES et al., 2021).

Contudo, para que o clareamento caseiro realmente ofereça



segurança, qualidade, branqueamento efetivo e satisfação do cliente, é fundamental que o dentista esteja atualizado quanto aos agentes clareadores e os possíveis protocolos que podem ser prescritos ao paciente.

Nessa perspectiva surgiu o questionamento: Quais protocolos tem sido utilizados no clareamento dental caseiro supervisionado nos últimos 5 anos e quais resultados apresentaram acerca da eficácia do clareamento e ocorrência de eventos adversos?

Visando responder esse questionamento, este estudo tem como objetivo principal elencar protocolos aplicados em estudos de ensaio clínico nos últimos 5 anos e descrever os resultados relativos a eficácia do clareamento e eventos adversos.

Os resultados deste estudo podem contribuir significativamente para a comunidade acadêmica, visto que visa apresentar um resumo de protocolos testados em ensaios clínicos e seus resultados. E, conseqüentemente, podem contribuir para a sociedade, visto que, quanto maior for a difusão do conhecimento acerca dessa temática, menores serão os riscos desse procedimento e, portanto, maior será a satisfação dos pacientes.

2. Referencial Teórico

2.1 Aspectos Históricos e Conceituais do Clareamento Dental

Embora o clareamento dental seja um procedimento muito procurado na atualidade, a sua prática remonta ao Egito Antigo onde pessoas costumavam usar produtos abrasivos combinados com produtos químicos, como o vinagre, na expectativa de tornar os dentes mais claros (SURECK et al., 2017).

Ao longo dos anos diversos produtos foram testados com o intuito de restaurar a branquitude dos dentes, como por exemplo hipoclorito de cálcio, cianeto de potássio, ácido oxálico, ácido hipoclorídrico etc. Contudo, apenas



em 1969, o Dr. Bill Klushmier ao tratar pacientes com gengivite utilizando o antisséptico peróxido de carbamida percebeu que além dos ótimos resultados antiinflamatórios os pacientes também apresentaram branqueamento dos dentes (TORRES et al., 2007).

Mesmo já sendo utilizado pelo Dr. Klushmier, foi em 1989 que os estudiosos Heywood e Heymann publicaram resultados relativos ao uso desse agente clareador e popularizaram a técnica de clareamento com o peróxido de carbamida em moldeiras, que foi aprimorada e é utilizada até os dias atuais (SURECK et al., 2015).

Na atualidade, o clareamento dentário é um dos procedimentos estéticos mais procurados nos consultórios odontológicos devido sua capacidade de mudar a aparência dos dentes e, dessa forma, promover um sorriso com aspecto mais saudável aumentando a autoestima do paciente (MENEZES et al., 2022).

Trata-se de uma técnica que visa a redução de manchas decorrentes do escurecimento relativo a fatores como ingestão de alimentos, tabagismo, envelhecimento, uso de medicamentos e outras substâncias que podem resultar no escurecimento dos dentes (POZZOBON, 2022).

2.2 Clareamento Caseiro

Existem diferentes modalidades de clareamento que podem ser realizados em consultório, em domicílio sob supervisão de um profissional ou de forma mista. Sendo que cada abordagem requer um protocolo específico que abrange diferentes técnicas, agentes clareadores e concentrações (GOMES et al., 2019).

O clareamento caseiro envolve o uso de agentes clareadores em uma concentração menor que a utilizada em consultório, os quais são aplicados pelo próprio paciente através de moldeiras personalizadas durante um intervalo de tempo que pode variar de acordo com o protocolo empregado



(POZZOBON, 2022).

Em razão do uso de agentes com menor concentração, os clareamentos caseiros tendem a demorar mais tempo para apresentar resultados iniciais satisfatórios. Porém, podem apresentar resultados tão bons quanto a modalidade de consultório, além de ser mais cômodo para o paciente por realizar o procedimento em casa e mais barato (PACHECO; FUJI, 2024).

2.3 Agentes Clareadores

Os agentes clareadores mais comumente utilizados são o peróxido de hidrogênio e o peróxido de carbamida, cujo mecanismo de ação principal consiste na oxidação de pigmentos orgânicos presentes na estrutura do dente quebrando, dessa forma, moléculas responsáveis pelas manchas (BROCHNER; LAGERLOF; BERGENHOLTZ, 2017).

Os dois principais agentes clareadores utilizados na última década são o peróxido de hidrogênio e o peróxido de carbamida, com diferentes concentrações para cada produto e para cada modalidade, seja ela caseira ou de consultório.

O mecanismo de ação das duas substâncias é semelhantes e consiste em uma reação química de oxidação de cromóforos. Estes compreendem moléculas microscópicas que se depositam nos túbulos dentinários e são responsáveis pelo escurecimento dentário extrínseco (OLIVEIRA et al., 2023).

Para que o clareamento aconteça é necessário que os agentes clareadores sejam depositados nas superfícies dos dentes, os quais promovem a liberação de radicais livres que, por sua vez, penetram os túbulos dentinários, quebram as cadeias longas dos cromóforos e clareando os mesmos. Ao final da reação são liberados gás carbônico e água que são eliminados por meio de difusão (FAUS-MATOSES et al., 2019).



3. Metodologia

Foi realizada uma pesquisa de revisão bibliográfica integrativa através de artigos científicos disponíveis em bases de dados digitais desenvolvida em 6 etapas: 1. Identificação do tema e seleção do problema de pesquisa; 2. Estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão; 3. Categorização dos estudos; 4. Avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5. Interpretação dos resultados; 6. Apresentação da síntese do conhecimento (Sousa et al., 2017).

Na etapa 1 - Identificação do tema e seleção do problema - o tema foi definido a partir de dúvidas que surgiram durante os estágios acadêmicos e o problema foi construído utilizando a técnica de PICO (População, Intervenção, Comparação e Desfecho), conforme consta no Quadro 1.

Quadro 1 – Identificação do Problema de Pesquisa com Modelo PICO

Identificador	Descrição
População (P - Population)	Clareamento caseiro supervisionado
Intervenção (I - Intervention)	Estudo dos protocolos aplicados em ensaios clínicos
Comparação (C - Comparison)	Outros estudos de clareamento dental
Desfecho (O - Outcome)	Listagem dos protocolos, de seus resultados e eventos adversos.

Fonte: Própria autora (2025).

Na etapa 2 foram estabelecidos os Critérios de Inclusão e Exclusão, de modo que foram incluídas estudos de ensaio clínico randomizado que abordem protocolos aplicados, resultado do clareamento e eventos adversos, disponíveis gratuitamente em bases de dados digitais, em qualquer idioma e publicados nos últimos 5 anos (2020-2025).

Foram excluídas deste estudo obras de revisão bibliográfica, revisão sistemática, pesquisas que não estavam disponíveis gratuitamente e integralmente nas bases de dados e pesquisas publicadas anteriores ao ano de 2020.



Ainda nesta etapa, os estudos foram selecionados em revistas científicas indexadas em bases de dados eletrônicas como Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde – Odontologia (BVS-Odontologia) e National Center of Biotechnology Information (NCBI). Para buscas em bases de dados eletrônicas, foram utilizados os seguintes descritores: clareamento dental, protocolo clínico, sensibilidade da dentina os quais foram encontrados entre os Descritos em Ciências da Saúde (DeCS) e combinados entre si utilizando o booleano AND. Além destes, ainda foi utilizado o termo chave clareamento dental supervisionado, o qual não foi encontrado entre os DeCS.

Na etapa 3 – Coleta de dados – foram extraídas as variáveis de interesse para esta pesquisa que abrangem: o protocolo de clareamento, a eficácia do agente clareador e os efeitos adversos relatados pelos pacientes ou observados pelo profissional (Quadro 2).

Na etapa 4 - Avaliação dos estudos incluídos – foi feita uma análise dos principais achados e relevância para o estudo utilizando uma planilha formulada para a coleta de dados, a qual foi adaptada do modelo elaborado por Lucietto (2020), apresentada no Quadro 2.

Quadro 2 – Instrumento para Coleta e Análise de dados

Variáveis	Descrição
Título da Obra	
Autores	
Tipo de estudo	
Objetivos e Método	
Protocolo de clareamento	
Principais resultados	
Efeitos adversos	
Conclusão	
Observações (pesquisador)	

Fonte: Própria autora (2025). Adaptado de Lucietto (2020).



Os dados foram analisados qualitativamente à luz de outros artigos que corroboraram ou refutaram os resultados encontrados. Não foi necessário realizar análise estatística visto que o estudo é de cunho bibliográfico.

Em concordância com a Resolução 466/2012, que dispõe da ética em pesquisas e testes com seres humanos, não foi necessário submeter este trabalho à aprovação junto ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) em razão da metodologia de pesquisa escolhida.

4. Resultados e Discussões

A busca nas bases de dados retornou 177 artigos, dos quais foram excluídos 168 artigos por não atenderem aos critérios de inclusão. Apenas 7 artigos preencheram os critérios de elegibilidade e, portanto, foram usados nesse estudo, os quais serão apresentados no Quadro 3.

Quadro 3 – Artigos elencados para o estudo

Ano	Autores	Título	Método	Periódico
2020	Martini, E. C. et al.	Evaluation of reservoirs in bleaching trays for at-home bleaching: a split-mouth single-blind randomized controlled equivalence trial	Ensaio clínico randomizado simples-cego	Journal of Applied Oral Science
2021	Goettems, M. L. et al.	Impact of tooth bleaching on oral health-related quality of life in adults: A triple-blind randomised clinical trial	Ensaio clínico randomizado triplo-cego	Revista de Odontologia
2021	Picnjak, A. et al.	Patients' Assessments of Tooth Sensitivity Increase One Day Following Different Whitening Treatments	Ensaio clínico randomizado simples-cego	Acta Stomatologica Croatica
2022	Bizreh, Y.; Milly, H.	Effect of bioactive glass paste on efficacy and post-operative sensitivity associated with at-home bleaching using 20% carbamide peroxide: a randomized controlled clinical trial	Ensaio clínico randomizado duplo-cego	European Journal of Medical Research
2022	Oliveira Barros, A. P., et al	Effect of 1.5% potassium oxalate on sensitivity control, color change, and	Ensaio clínico randomizado duplo-cego	Plos One



		quality of life after at-home tooth whitening: A randomized, placebo-controlled clinical trial		
2022	Pavani, C. C. et al.	Influence of daily usage times on patients' compliance during at-home bleaching: a randomized clinical trial	Ensaio clínico randomizado simples-cego	Journal of Applied Oral Science
2025	Pereira-lores, P. et al.	A triple-blind randomized clinical trial comparing the efficacy of a desensitizing agent used with an at-home bleaching technique	Ensaio clínico randomizado triplo-cego	Journal of Evidence-Based Dental Practice

Fonte: Próprios autores (2025).

Segundo os estudos elencados o agente clareador predominantemente utilizado no clareamento caseiro foi o Peróxido de Carbamida (PC) em concentrações que variaram entre 10% e 22%. A concentração de 10% foi a mais utilizada nos estudos, estando presente em 57% dos protocolos (Figura 1).

Esses dados corroboram o estudo de Pereira et al. (2022) onde enfatizaram que o PC é o principal agente clareador indicado para o clareamento caseiro por ser mais seguro, apresentar ótimo custo-benefício, menores riscos à saúde bucal e resultados tão satisfatórios quanto os agentes clareadores usados em consultório, como o peróxido de hidrogênio (PH).

Embora a concentração predominante dos estudos eleitos para compor essa pesquisa tenha sido de 10%, Dantas, Oliveira e Medeiros (2024) asseveram que atualmente o PC pode ser encontrado sendo comercializado em concentrações de até 35%.

Contudo, vale ressaltar que a escolha do agente clareador, bem como a concentração a ser utilizada no protocolo deve ser definida por odontólogo habilitado e responsável pela supervisão do procedimento. Além disso, diversos fatores são considerados na escolha do produto e do protocolo como



a técnica que vai ser aplicada e a história prévia de sensibilidade dentária (GRILLO; MOREIRA, 2024).

Observou-se nesta pesquisa que houve uma importante variação nos protocolos aplicados nos estudos, os quais serão apresentados no Quadro 4, juntamente como os principais resultados e os eventos adversos identificados.

Quadro 4 – Protocolos: resultados e eventos adversos

Autores	Protocolo aplicado	Resultados	Eventos adversos	Conclusão
Martini, E.C., et al.	G1: PC 10% em moldeiras com reservatório por 3H/dia durante 21 dias. G2: PC 10% em moldeiras sem reservatório por 3H/dia durante 21 dias.	Após 1 mês houve um efeito clareador de até 11 unidades na escala Vita Bleached e até 13 unidade do ΔE na avaliação através de espectrofotômetro. Não houve diferença com significância estatística entre os grupos para clareamento e para intensidade de efeitos adversos.	Sensibilidade dentária e irritação gengival.	O clareamento foi eficaz em ambos os grupos. O uso de moldeira com reservatório não influencia nos resultados e nem na intensidade dos eventos adversos.
Goettems, M.L., et al.	G1: PC 10% por 2H/dia durante 21 dias associado ao gel dessensibilizante de nitrato de potássio 2% por 10 min aplicado em casa. G2: PH 35% em 1X na semana durante 21 dias associado ao gel dessensibilizante de nitrato de potássio 2% por 10 min aplicado em consultório.	Para a avaliação do nível de clareamento foi utilizado espectrofotômetro e o Guia Vita Classical Shade. Ao final do tratamento o G1 apresentou nível de clareamento menor que o G2, porém, não houve significância estatística entre os grupos. Ambos apresentaram efeitos adversos, sendo o G2 o que apresentou maior escore de sensibilidade. Ambos os grupos apresentaram melhora significativa	Sensibilidade, dor, desconforto e dificuldade de fazer higiene oral devido a sensibilidade.	Em ambos os grupos os resultados foram eficazes com melhora da qualidade de vida, principalmente no domínio psicossocial. Sensibilidade dentária aumentada entre os voluntários que foram submetidos ao protocolo de consultório.



		na qualidade de vida, principalmente no domínio psicossocial.		
Picnjack, A. et al.	G1: PC 10% por 6H/ noite durante 14 noites aplicado em casa. G2: PC 16% por 6H/ noite durante 14 noites aplicado em casa. G3: PH 40% em 3 aplicações por 20 minutos realizadas em consultório.	A avaliação do clareamento foi feita por espectrofotômetro. O nível de clareamento foi avaliado por espectrofotômetro, onde, 1 dia após o procedimento, observou-se que o branqueamento do G3 foi 2 vezes maior que do G2 e 3 vezes maior que do G1. Quanto a sensibilidade, o escore do G3 foi 2 vezes maior que G2 e 3 vezes maior que G1. Os grupos G1 e G2 apresentaram escore de clareamento equivalentes.	Sensibilidade dentária.	O protocolo de consultório com PH 40% apresentou maior eficácia 1 dia após procedimento, sugerindo apresentar resultados mais rápidos que os protocolos caseiros. Porém, também apresentou escore de sensibilidade significativamente maior que dos demais grupos.
Bizreh, Y.; Milly, H.	G1: PC 20% por 4H/dia durante 7 dias associado a pasta de vidro bioativo 45S5 (BAG) por 30 minutos. G2: PC 20% por 4H/dia durante 7 dias associado a pasta placebo por 30 minutos.	Os resultados do clareamento foram avaliados por espectrofotômetro. Ambos os grupos apresentaram resultados semelhantes quanto ao nível de clareamento. O grupo G1 apresentou redução significativa da sensibilidade quando comprado ao G2.	Sensibilidade dentária significativamente maior no G2.	O BAG demonstrou ser altamente eficaz no controle da sensibilidade relativa ao processo de clareamento e demonstrou não interferir no resultado do clareamento.
Oliveira Barros, A.P. et al.	G1: PC 22% por 45 min durante 21 dias associado ao Oxalato de Potássio (PO) 1,5% por 10 min após o uso do clareador G2: PC 22% por 45 min durante 21 dias associado a	O clareamento foi avaliado através de espectrofotômetro e escala de cor Vital Classical. Após 21 dias houve aumento de cerca de 11 unidades do ΔE em ambos os grupos. Na avaliação intergrupos não houve diferença	Sensibilidade dentária aumentada no grupo G2.	O uso de PO não interfere na eficácia do clareamento e demonstrou ser eficaz no controle da sensibilidade dentária.



	placebo por 10 min após o uso do clareador	estatisticamente significativa. O G2 apresentou escore de sensibilidade 6 vezes maior que o G1 na escala visual analógica de dor.		
Pavani, C.C. et al.	G1: PC 10% por 2H/dia durante 21 dias G2: PC 10% por 4H/dia durante 21 dias G3: PC 10% por 8H/dia durante 21 dias	Os voluntários do G1 apresentaram maior adesão ao tratamento. Na avaliação da cor tanto através da guia de cores Vita como pelo espectrofotômetro, o escore de clareamento foi 2 vezes maior que nos outros dois grupos. Com relação a sensibilidade, o G3 e G4 apresentaram escore cerca de 18 vezes maior que G1 na primeira semana, escores semelhantes na segunda e terceira semana e sensibilidade mínima na quarta semana.	Sensibilidade dentária aumentada no G3.	A adesão foi maior entre os voluntários do G1. Contudo, o G3 apresentou maior eficácia no escore de clareamento dental e na sensibilidade dentária durante o tratamento.
Pereira-Lores, P. et al.	G1: PC 16% por 6H/dia durante 21 dias associado a gel dessensibilizante com nitrato de potássio 3 % + íon de flúor 0,11% por 30 minutos antes do gel clareador. G2: PC 16% por 6H/dia durante 21 dias associado a placebo por 30 minutos antes do gel clareador	Quanto a intensidade da sensibilidade, o G2 apresentou escores significativamente maiores que o G1, de modo que 87,5% a classificaram com leve (G1-37,5%), 43% classificaram como moderada e severa (G1-18% e 12% respectivamente) e nenhum grupo relatou sensibilidade grave. Quanto a tonalidade dos dentes, ambos os grupos foram avaliados com espectrofotômetro e	Sensibilidade dentária acentuada durante primeira semana aplicação protocolo grupo G2.	Quanto ao clareamento, não houve diferença estatística entre os dois grupos. No que se refere a intensidade da sensibilidade, o grupo que fez uso de placebo apresentou sensibilidade significativamente maior que o grupo que fez uso do gel sensibilizante.



		apresentaram resultados expressivos.		
--	--	--------------------------------------	--	--

Fonte: Próprios autores (2025).

Segundo o Quadro 4, os resultados demonstraram que os protocolos escolhidos apresentaram resultados eficazes, com mudança significativa na coloração do dente.

Assim como descrito na obra de Dantas, Oliveira e Medeiros (2024), o instrumento mais utilizado para a avaliação objetiva da eficácia do clareamento nos artigos analisados foi o espectrofotômetro, o qual foi usado em 100% dos estudos eleitos para esta revisão (MARTINI et al., 2020; GOETTEMS et al., 2021; PIKNJAC et al., 2021; BIZREH; MILLY, 2022; OLIVEIRA BARROS et al., 2022; PAVANI et al., 2023; PEREIRA-LORES et al., 2025).

A utilização do espectrofotômetro, embora seja pouco utilizada na prática clínica, é considerada uma ótima opção para avaliação objetiva da mudança de cor dos dentes, visto que permite a coleta de mais informações para definir o índice de brancura do clareamento (MARTINI et al., 2020; VOCHICOVSKI et al., 2022).

Para a análise subjetiva do clareamento, foram usadas escalas de cor em 57% dos estudos eleitos para esta revisão (MARTINI et al., 2020; GOETTEMS et al., 2021; OLIVEIRA BARROS et al., 2022; PAVANI et al., 2023).

Apesar de não apresentar a mesma precisão para estabelecer o índice de branqueamento, as escalas de cor são mais práticas, viabilizam a percepção visual da mudança cromatográfica, são mais tangíveis do ponto de vista clínico e, portanto, mais utilizadas no cotidiano dos dentistas (VOCHICOVSKI et al., 2022).

Para a mensuração da dor, os principais instrumentos foram as escalas de dor, sendo elas: a Escala Visual Analógica (EVA) (MARTINI et al., 2020;



OLIVEIRA BARROS et al., 2022) e a Escala Numérica de Dor (MARTINI et al., 2020; PEREIRA-LORES et al., 2025).

Apesar de viabilizar uma avaliação subjetiva, as escalas para mensuração de dor têm importante relevância entre estudiosos e profissionais no que tange a avaliação da dor de terceiros (MOURA, 2023).

Ainda que não tenha sido objeto de estudo desta pesquisa, outro achado importante foi a satisfação do cliente com os resultados e a melhora na qualidade de vida referida (GOETTEMS et al., 2021).

Esses achados assemelham-se a outros estudos, como o de Carneiro et al. (2023) que evidenciaram alta satisfação dos clientes após o procedimento mesmo sem significância do ponto de vista estatístico, e o de Santos (2022) e de Moura et al. (2025) que descreveram que o clareamento satisfatório impactou na qualidade de vida e autoestima dos pacientes.

Embora o uso desses agentes clareadores seja seguro e consolidado entre os profissionais, todos eles oferecem risco de efeitos colaterais como por exemplo a hipersensibilidade dental, dor, desconforto e irritação das gengivas (Gomes et al., 2019).

Acerca dos eventos adversos, a sensibilidade foi predominante em todos os estudos e em alguns estudos foram relatados ainda dor, desconforto, irritação gengival e dificuldade em realizar higiene oral em decorrência da sensibilidade aumentada (MARTINI et al., 2020; GOETTEMS et al., 2021; PIKNJAC et al., 2021; BIZREH; MILLY, 2022; OLIVEIRA BARROS et al., 2022; PAVANI et al., 2023; PEREIRA-LORES et al., 2025).

Segundo Gomes et al. (2019) a sensibilidade pode estar relacionada à exposição temporária da dentina ou alteração na estrutura do esmalte que permitem que estímulos térmicos ou mecânicos alcancem a polpa do dente.

A sensibilidade é o evento adverso mais comum nas pesquisas relativas ao clareamento e na prática clínica, mesmo usando estratégias e protocolos de prevenção da sensibilidade, causa importante desconforto, dor e



dificuldade em manter as atividades diárias como a higiene oral e a alimentação (MATICK ROMBALDO, 2022).

Considerando a frequência da sensibilidade diversos estudiosos têm se dedicado a experimentar protocolos e produtos novos para a prevenção e controle da sensibilidade decorrente do clareamento. Entre os estudos utilizados nessa revisão, foram testados o nitrato de potássio 2%, o oxalato de potássio 1,5%, o nitrato de potássio 3% associado ao íon de flúor 0,11% (OLIVEIRA BARROS et al., 2022; BIZREH; MILLY, 2022; PEREIRA-LORES, 2025).

Dentre esses insumos testados, destacou-se o oxalato de potássio 1,5%, onde o grupo submetido ao uso deste produto apresentou índices baixíssimos de sensibilidade e dor, enquanto o grupo controle apresentou níveis bastante altos de dor (OLIVEIRA BARROS et al., 2022)

Outro achado igualmente importante quanto ao controle de sensibilidade está relacionado ao fato de que os géis testados nos estudos desta revisão não impactaram na eficácia do clareamento, não apresentaram efeitos colaterais e, assim, sugerem ser seguros para uso clínico (OLIVEIRA BARROS et al., 2022; BIZREH; MILLY, 2022; PEREIRA-LORES, 2025).

5. Conclusão

Os estudos demonstraram que o clareamento dental caseiro é um procedimento seguro e eficaz, ainda que possa se tornar um processo mais longo que do clareamento de consultório.

Quanto aos eventos adversos, a sensibilidade dentária foi o evento predominantemente referido. Contudo, na modalidade de clareamento caseiro, a intensidade apresentou um índice menor que do procedimento realizado em consultório, principalmente quando associado a um bom método dessensibilizante.



Ademais, os estudos sugerem que o resultado do clareamento caseiro é satisfatório do ponto de vista do paciente e é importante para a promoção da qualidade de vida e autoestima deles.



Referências

BIZREH, Y.; MILLY, H. Effect of bioactive glass paste on efficacy and post-operative sensitivity associated with at-home bleaching using 20% carbamide peroxide: a randomized controlled clinical trial. **European journal of medical research**, v. 27, n.1, p. 194, 2022.

CARNEIRO, T. S. et al. Clareamento dental em consultório em adolescentes com peróxido de hidrogênio a 6% com diferentes dicas de aplicação: ensaio clínico randomizado. **Revista de ciência oral aplicada: revista FOB**, v. 31, p. e20230216, 2023.

DANTAS, A. T.; OLIVEIRA, P. V. S.; MEDEIROS, F. C. D. Ação do peróxido de hidrogênio e peróxido de carbamida no clareamento dental: revisão integrativa. **Revista Ciência plural**, v. 10, n. 3, p. e35356, 2024.

FAUS-MATOSES, V. *et al.* Bleaching in vital teeth: Combined treatment vs in-office treatment. **Journal of clinical and experimental dentistry**, v.11, n.8, p. e754–e758, 2019.

GOETTEMES, M. L. et al. Impact of tooth bleaching on oral health-related quality of life in adults: A triple-blind randomised clinical trial. **Journal of Dentistry**, v. 105, 2021.

GOMES, J. M. L. *et al.* Efeito da concentração de gel clareador na cor e sensibilidade dentária: uma revisão sistemática e meta-análise. **Archives of Health Investigation**, v.7, 2019.

GRILLO, M. P.; MOUREIRA, R.F. Sensibilidade dentinária associada ao clareamento dental de dentes vitais: uma revisão da literatura. **International Journal of Science Dentistry**, v. 2, n. 65, p. 119-134, 2024.

GUESSER, D. H. **Clareamento caseiro supervisionado e sensibilidade transoperatória**: revisão de literatura. (2023). Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Odontologia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis – SC. 2023.

MARTINI, E. C. et al. Evaluation of reservoirs in bleaching trays for at-home bleaching: a split-mouth single-blind randomized controlled equivalence trial. **Journal of applied oral science: revista FOB**, v.28, p.e20200332, 2020.



MATICK ROMBALDO, Anna Carolina Cenci. **Avaliação da qualidade de vida em pacientes submetidos a clareamento dental caseiro – revisão sistemática e metanálise.** 2022. 47 f. Dissertação (Mestrado em Odontologia) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Cascavel – PR. 2022.

MENEZES, L. S. *et al.* Os agentes clareadores dentais podem causar genotoxicidade no epitélio oral? Uma revisão sistemática com metanálise. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 1, p. e11411124928, 2022.

MOURA, A. M. B. **Correlação entre escalas de Ashworth Modificada, Tardieu Modificada e Visual Analógica em pessoas com lesão medular.** 2023. 26f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Departamento de Fisioterapia, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2023.

MOURA, M. G. *et al.* Efeitos do clareamento dental de consultório na autoestima, sensibilidade e efetividade: relato de caso. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 8, n. 1, p. e78011, 2025.

OLIVEIRA BARROS, A. P. *et al.* Effect of 1.5% potassium oxalate on sensitivity control, color change, and quality of life after at-home tooth whitening: A randomized, placebo-controlled clinical trial. **PloS one**, v. 17, n. 11, p.e0277346, 2022.

OLIVEIRA, P. L. *et al.* Clareamento de peróxido de carbamida em consultório: uma revisão sistemática da literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 6, p. 31459-31473, 2023.

PACHECO, J. A.; FUJI, L. L. R. Abordagens para a redução dos efeitos colaterais do peróxido de hidrogênio em procedimentos in office de dentes vitais: uma revisão de literatura na perspectiva da patologia bucal. **Revista F&T**, v. 28, n. 135, 2024.

PAVANI, C. C. *et al.* Influence of daily usage times on patients' compliance during at-home bleaching: a randomized clinical trial. **Journal of applied oral science: revista FOB**, v. 31, p. e20230181. 2023.

PEREIRA, D. R. S. **Avaliação da qualidade de vida relacionada à saúde oral dos pacientes submetidos ao clareamento dental.** 2022. 24 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Odontologia) – Faculdade Nova Esperança, João Pessoa – PB. 2022.



PEREIRA-LORES, P. et al. A triple-blind randomized clinical trial comparing the efficacy of a desensitizing agent used with an at-home bleaching technique. **Journal of Evidence-Based Dental Practice**, v. 25, n. 1, p. 1-13, 2025.

PIKNJAČ, A. et al. Patients' Assessments of Tooth Sensitivity Increase One Day Following Different Whitening Treatments. **Acta stomatologica Croatica**, v.55, n.3, p. 280-290, 2021.

POZZOBON, L. **Clareamento dental de consultório e qualidade de vida: revisão sistemática e metanálise**. 2022. 44 f. Dissertação (Mestrado em Odontologia) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Cascavel – PR. 2022.

ROCHA, C. K. F.; TEIXEIRA, P. R.; BREDAS, P. L. C. L. Importancia da estética do sorriso na autoestima. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 6, p. 25867-25876, 2021.

SOUSA, L. et al. Metodologia de Revisão Integrativa da Literatura em Enfermagem. **Revista Investigação Enfermagem**, v. 21, n. 2, p. 17-26, 2017.

SURECK, J.; MELLO, A.; MELLO, F. Clareamento Dental com luz led violeta: revisão de literatura. **Revista Gestão & Saúde**, v. 17, n. 2, p. 30-6, 2017.

TORRES C. R. G. et al. **Clareamento dental com fontes híbridas LED/LASER**. São Paulo: Editora LTDA. ed. 2. 2007.

TORRES NETO, A. J. et al. Clareamento dentário como terapia modificadora para casos de escurecimento dentário severo: revisão de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 5, n. 4, p. 201-2012, 2023.

VOCHIKOVSKI, L. et al. Use of infrared photobiomodulation with low-level laser therapy for reduction of bleaching-induced tooth sensitivity after in-office bleaching: a double-blind, randomized controlled trial. **Lasers in Medical Science**, v. 38, n. 1, p. 18, 2022.