

E os outros alimentos como a carne, o peixe, as leguminosas, o azeite? São bons para os dentes?



As gorduras, como o azeite e os alimentos ricos em proteína, como o peixe, a carne e as leguminosas (exemplo: grão, feijão, ervilhas), fazem parte de uma alimentação saudável e também ajudam a proteger os dentes e as gengivas de várias doenças!